街と暮らしのトキメキをデザインする地域情報紙

City Life

We are Planet Sailors. since 1986

シティライフ北摂WEST版

2019 MAY vol.195 5

北摂WEST
吹田・豊中
箕面・池田

発行 株式会社シティライフNEW www.citylife-new.com E-mail info@citylife-new.com ■〒566-0001 大阪府摂津市千里丘1-13-23 TEL06-6338-0640 FAX06-6368-3505

4月25日発行 無料
シティライフは再生紙を使用し、植物性インキで印刷しています。

天気の良い日は

公園に行こう

go to a park

P.6〜P.7
に掲載

第6回
カレー EXPO
2019 5/3(金・祝)→6(月・休) P.28〜P.29掲載

巻頭特集
2〜3 子どもの運動能力が一気に伸びるゴールデンエイジ

17〜20 EXPOCITY press vol.34

子育て 4 「暮らし」も「学び」も親子で楽しむ Kids & Mom
特集① 8 「ジェット」でおでかけ準備はバッチリ
特集② 9〜11 ロハスフェスタ®万博
特集③ 14〜15 自分のカラダと今こそ向き合おう 不妊治療の基礎知識
ビューティ 22〜23 そのうやむやなかったことに スッキリBeauty
グルメ 30〜31 北摂のおすすめグルメ
ニュース 32〜35 City Life NEWS ふるさと納税の法規制が6月からスタート

「暮らし」も「学び」も親子で楽しむ Kids & Mom

子どもの運動能力が一気に伸びる

ゴールデンエイジ

「どうしたら運動が得意な子どもになるの?」と思ったことはありませんか。今月号は、子どもの運動能力に大きく関わるゴールデンエイジの過ごし方について紹介します。

ゴールデンエイジとは

アメリカの人類学者R・スキャモンが提唱する発達・発育曲線(図1参照)では、神経系器官(脳や脊髄など)の発達が5歳で成人の8割、12歳には成人レベルに達すると示されています。5~8歳は「プレ・ゴールデンエイジ」、9~12歳は「ゴールデンエイジ」と呼ばれ、神経系器官の発達が著しく、子どもの運動能力を飛躍的に伸ばすことができます。遊びや運動を経験することでゴールデンエイジ以降の基盤をつくることができます。

年々低下している子どもの体力・運動能力

文部科学省が行った調査(図2参照)によると、現在の子どもは30年前の子どもと比較して、ソフトボール投げや50メートル走など、ほとんどの項目で下回っています。和式トイレが使えない、背筋を伸ばして座れないなど、本来できるはずの動きができない子どもが増えています。

図1 スキャモンの発達・発育曲線

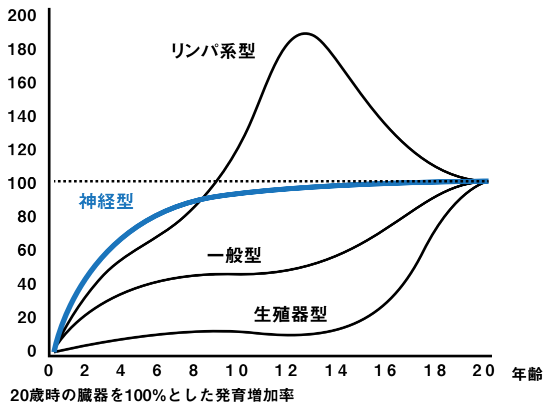
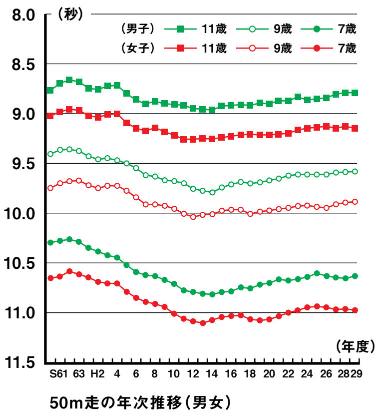


図2 平成29年度体力・運動能力調査結果の概要



この方に聞きました

安田 良子先生
yasuda ryoko

武庫川女子大学 健康・スポーツ科学部講師。コンディショニング研究部部長。アスレティックトレーナーとしての豊富な経験と科学的根拠に基づく指導に定評がある。

0→4 years old

手足を使い神経を刺激する

手と足には多くの感覚センサーがあります。木や草、土や水といった様々な感触の物に触れ、日常生活を送ることで感覚機能を刺激し、姿勢を調節する機能が活性化され、転倒しにくくなります。姿勢を調節する機能が備わると運動時の基本動作が習得しやすくなります。この時期には、危険のない範囲内で家の中をハイハイで自由に動き回ることができる環境をつくると良いでしょう。

こんな運動がおすすめ

砂場遊び
砂を握ったり踏みつけたりすることで、手足の感覚を刺激し、動作を行う際に必要な神経の伝達速度が速くなります。バランスを取りやすくなったり、踏ん張りがきやすくなったりする効果が期待できます。一人歩きができる時期から行いましょう。

積み木遊び
手を用いて、視覚や聴覚情報を得ながら積み木を重ねたり、崩したり、並べたりするため、空間認知能力や脳機能の活性化につながります。※空間認知能力=例)対戦相手やボールとの距離感、ボールが飛んでくる方向がわかるなど

5→8 years old

昔ながらの外遊びが運動能力を養う

神経系が急激に発達し、運動の基礎能力を形成するのに適した時期です。特定のスポーツに限らず、遊びを通して楽しく運動することが大切です。

鬼ごっこや缶蹴りなど昔ながらの外遊びは、視覚や聴覚に働きかけ空間認知能力が養われます。また、対戦相手に勝つために作戦を練りながら運動するため、脳機能も活性化します。次のゴールデンエイジで基本的な運動スキル(投げる、走る、跳ぶ等)を獲得しやすくなります。

こんな運動がおすすめ

鬼ごっこ
鬼に捕まらないように逃げ回る中で、相手の動きを見ながら瞬時に次の自分の動きを決定するなど、仲間や鬼との距離感を学びながら基礎体力が身に付きます。

アスレチック
足を置く場所や手でつかむ場所を考えたり、手を思い切り伸ばしたり頭を低くしてかがんだりなど、全身を使って遊びながら総合的な運動能力を高めます。

9→12 years old

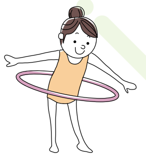
運動スキルがすぐに身につく神経発達の黄金期

将来、スポーツ特有の難度の高いテクニックを習得するためには、この時期に基本的な運動スキルを身につけることが大切です。また、特定の運動種目に特化するよりも全身をバランス良く動かす運動(体操やストレッチングなど)を取り入れましょう。全身運動を行うことにより総合的な運動能力が高まるうえに、怪我や故障を予防しながら運動能力を伸ばすことができます。

競技力を高めるためには、パワーやスピード、筋力が必要だと思いがちですが、それらの能力を伸ばすには不向きな時期です。一番大切なことは、スポーツを好きになり、継続することです。子どもが楽しめるようなポジティブな声かけ、環境づくりをしていきましょう。

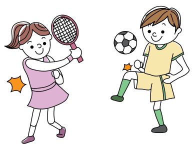
こんな運動がおすすめ

全身運動



骨の成長が著しく、怪我や故障をしやすい時期でもあります。水泳や体操などの全身を使った運動は怪我や故障の予防にもつながり、バランスのとれた体をつくることができます。

球技や対人スポーツ

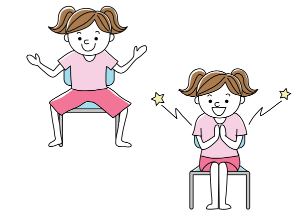


投げる・蹴る・走る・跳ぶなどの多くの運動要素を含む球技や対人スポーツ。相手に合わせて動きを決める、予測するなど認知能力や判断力も養えます。

Check 運動神経を伸ばすコオディネーショントレーニング

1970年代に旧東ドイツのスポーツ運動学者が考え出した理論で、身体だけでなく脳や視覚なども使用して、複数のタスクを同時にこなすトレーニング方法。ゴールデンエイジの神経系の発達に大きな効果を発揮します。

リズムに合わせて身体を動かす、指示した方向にジャンプする、計算をして偶数なら右へ走るなど、バリエーションは豊富で楽しくトレーニングができます。これらを行うことにより、集中力や記憶力が向上するといった研究報告もあります。



話題のトレーニングが箕面に

2歳～12歳

話題のビジョントレーニング「目の学校」を新たに併設したDRC Training Studio。いくつかのプロ野球チームでも実践されているビジョントレーニングとは、視力だけでなく「視覚」を鍛え、脳が情報を収集する範囲・精度・速度を育むこと。視覚とは、空間認知力・感覚運動統合力・両眼視機能などの総合力のことをいい、子どもの発達に深く関わるもので、「勉強嫌い」「運動が苦手」「集中力がない」場合は見る力に問題があることも。目の学校なら、視覚と身体の双方を鍛えるプログラムで、動体視力や周辺視野(角度)を向上へ。測定する機会が少ない目の機能も事前チェックしてもらえる。

同スタジオですでに展開しているスポーツリズムジャンプは、音楽とジャンプを融合させた楽しいレッスンであらゆる運動能力の基盤を育むもの。リズム感を高め、運動パフォーマンスが向上することで敏捷性アップ、ケガをしにくい体づくりにも効果的。4拍子が体に染みつき、リズム感に乏しいとされる日本人こそゴールデンエイジのレッスンが大切と、保育園など全国200以上の教育機関でも採用されている。指導は、一般社団法人スポーツリズムトレーニング協会(http://srt.or.jp/)認定のインストラクターが行う。同スタジオで子どもの可能性を広げてみては?体験も実施中!

視覚をはじめ発達を促し、学力・理解力・運動能力を高めるビジョントレーニング。欧米で約80年の歴史を誇り、注意欠陥多動性障害(ADHD)などの子どもたちの療育にも役立てられている。

1.レッスン中は音楽をかけ続け、常にリズムを取りながら徐々に複雑な動きへと負荷をかけていく。簡単な動きでもリズムが加わると途端に難しくなるが、子どもは体で覚えていくそう。　2.ビジョントレーニングは一見変わったトレーニングが多いが、眼球のコントロールや平衡感覚などを楽しみながら進める。この日は10個トレーニングをしたが、それぞれ得意・不得意があるのもおもしろい。

ビジョンチェックリスト　※HPでも公開中(http://menoggakou.jp/)
一つでも当てはまれば目に何らかの問題を抱えている可能性が!

①ノートから文字がはみ出ることが多い
②本を読むとき文字を指でなぞっている
③家でゲームばかりやっている
④じっと座っていることが苦手
⑤勉強していてもすぐに飽きる、嫌になる
⑥話を聞いているのかいないのかわからない
⑦ボールを使って遊ぶのが好きではない
⑧よく転んだりぶつかったりする
⑨同年代の他の子どもより幼く感じる
⑩机に向かっている姿勢が悪い

Menu

- スポーツリズムジャンプ教室…3,704円/月
- スポーツリズム体験…1人500円
  ※2歳～OK　※保護者の参加も可(500円)
- ビジョントレーニング教室…9,000円～/月
- ビジョントレーニングお試しレッスン…3,000円～/1回
- 目の機能チェック…1,000円/1回

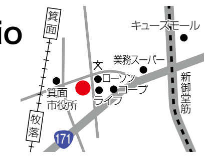
※リズムジャンプ(2歳～)、ビジョントレーニング(小学生～)
※すべて要予約、価格は税別

特典

「シティライフを見た」でビジョントレーニングのみ、お試しレッスンで**トレーニングツール(ブロックストリング)をプレゼント**
(在庫なくなり次第終了)

DRC Training Studio 目の学校　箕面校

箕面市牧落3-3-16さつきビル201
4/28～5/6は休講
072-739-7700
https://www.facebook.com/menogakkouminohkou/
https://www.facebook.com/DRCtrainingstudio/
E-mail:info@menogakkou-minookou.com



子どもの可能性を伸ばす バレエ教室

3歳～12歳

"気軽にバレエを始められるように"との思いから、レッスンは月謝とチケット制が選べ、発表会も自由参加の同スクール。「バレエはお金が掛かりそう…」と不安なママも安心だ!できなかった事が練習を通してできるようになると、達成感が味わえ、将来壁にぶつかった時に諦めずに乗り越えるための力に!少人数制でアットホームな雰囲気だからバレエ初心者のお子様や、大人の方も大歓迎!3歳～60代、学生、OLさんが活躍中。まずは気軽に無料体験会へ!

上)月謝はクレジットカードが利用できて便利!
右)現助産師によるマタニティヨガ、産後ヨガも開催!赤ちゃんと一緒ならベビーマッサージも。詳しくはHPへ。

Menu

- ベビー/小1～3…月謝5,000円～
- 小4～大人………月謝6,000円～

※チケット制あり

特典

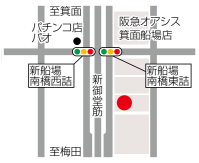
「シティライフを見た」と体験後、即日入会で
- 入会金5,000円→**無料**(5月末まで)

無料体験会
- 千里スタジオ 5/3(金)、5/8(水)
- 江坂スタジオ 5/2(木)、5/11(土)

※詳しくはHPへ

Ballet Studio Felice 〈フェリーチェ〉

●千里スタジオ
箕面市船場東3-3-11 コムザシティ箕面 5F
●江坂スタジオ
吹田市江坂町1-18-8 江坂パークサイドスクエア 7F
080-8342-1466
https://miyuki-happy-19880204.jimdo.com



運動が苦手でも楽しい教室

2歳～12歳

吹田をはじめ大阪府下で1,000名以上の子どもたちが通う同教室。50坪以上の広い教室の中、少人数制度の練習で運動が苦手な子どもでも行き届いたレッスンが評判。トランポリンやボルダリングなど注目されている種目も豊富に用意。多様な運動要素を楽しく取り入れることで体の使い方を学び、能力を引き延ばしてくれる。休んでも振替ができて続けやすく、月会費も良心的。無料体験の予約を受付中!

幼児～小学生クラスは「キッズ」など3コース構成。多彩な体操を通し、子どもの達成感を引き出す。

Menu

- 幼児～小学生・大人(週1回)…5,980円/月
- 未就園児(週1回2時間)…7,480円/月

※振替制限・期限はなし　※全て税別

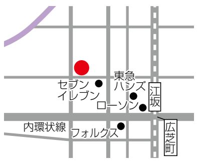
特典

「シティライフを見た」で
- 入会金・年会費→**無料**
- **教室指定用品プレゼント**
  さらに、体験に参加した方全員に**オリジナルタオルプレゼント**

(5月末まで)

あさひ体操教室 吹田江坂教室

吹田市豊津町12-24-3F
有料Pあり
090-7554-5336
https://asahitaisou.jimdo.com/



スクール生大募集!!

服部緑地 MIZUNO Tennis School
ミズノテニススクール

紹介キャンペーン実施中!(6月末まで)

ビギナーからハイレベルまで段階別で受講できる!

無料体験キャンペーン実施中
(6月末まで・要予約)
いつでも体験できます
この機会をご利用ください
お気軽にお電話ください

4月新設コース　受講受付中
ジュニアSコース(90分)
※コーチによるレベル判定　8,000円(税別)
ジュニアコース
小学5年～中学生(90分)
7,000円(税別)

一般(初心～中上級)	TL(トーナメントレディース)	ジュニア(4歳～小学6年生 60分)
月4回 7,500円～(税別)	月4回 8,500円(税別)	月4回 4,400円～(税別)

詳しくは右のQRコードからホームページをご覧下さい。

お問合せは 服部緑地ミズノテニスクール TEL.06-6868-3223まで

5月から本科体験会受付開始

3歳～12歳

スイミング・体操教室・キッズダンスと子どもに人気の習い事が揃うHOS Kids。GW明けからは本科体験会がスタート!実際に行っているクラスで体験できるので普段の雰囲気がよくわかり、送り迎えをするママも通いだした時の1日の流れがイメージしやすいと評判だ。「最近引っ越して来た」「新年度もそろそろ慣れてきた」お子さんはこのタイミングがおすすめ!体験スケジュール等、詳しくはHPかお電話で問合せを!

5/1から受付スタート!
詳しくはHPへ→

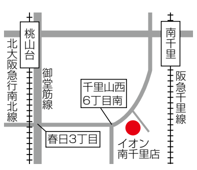
特典

「シティライフを見た」と体験後、
5/31までの入会手続きで
- 入会金5,400円 → **無料**
- 事務手続き3,240円 → **無料**
- 各スクール指定用品**無料**
  (スクールバックは要購入)

(5月末まで)

HOS 南千里スポーツクラブ

吹田市千里山西6-56-1イオン南千里内5・6F
営/平日9時～23時、土曜9時～22時、
日・祝9時～19時
火曜定休
※GWは4/29(月・祝)～5/5(日) スクール休み
駐車場無料
06-6310-8755
https://www.hos-minamisenri.com



「暮らし」も「学び」も親子で楽しむ

Kids & Mom

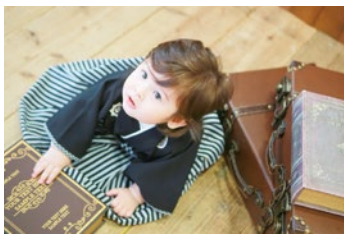
幸せな時間が流れる写真スタジオ 25周年キャンペーン実施中

「一生の記念になった」「こんなにかわいい表情の写真が撮れるなんて」と口コミが広がり、記念撮影ならここ！と話題のスタジオキャラット。関東、関西、東海、愛知に30店舗を展開し、昨年10月に吹田店をオープンした。

同店の魅力はさまざまなシーンで撮影できるスタジオセット。おしゃれなインテリア空間が広がり、まるで別世界に来たようなスタジオで、「インスタグラムを見て、いつかここで撮りたいと思っていました」という親御さんも多いそう。子どもがワクワクを感じる仕掛けが盛りだくさんだ。さらに衣装は、かわいいドレスやハイセンスな着物など種類豊富に取り揃えている。

また、笑顔溢れるスタッフがアットホームな雰囲気で親身になって撮影してくれるから、イヤイヤ期や恥ずかしがり屋のお子さんも安心して任せられる。普段の自然な笑顔はもちろん、モデルのような表情やポージングで、新しい我が子の一面に出会えることも。

今年25周年を迎えるスタジオキャラットは、「周年記念キャンペーン」を実施！13歳までならどんな撮影でも利用できる。七五三の撮影なら父親、母親、おじいちゃん、おばあちゃんまで着物をお得に着られるサービスが特に人気。お宮参りや1歳のバースデー用など、新作衣装もぞくぞくと入荷している。大型連休のGWには、家族みんなでカタチになる思い出づくりを楽しんでみては。



ナチュラル、フェミニン、和風など色々なシチュエーションで撮影ができる。
きょうだい用の衣装や父母用の着物も揃うから、家族写真にもおすすめ。

STUDIO CARATT
吹田グリーンプレイス店
〈スタジオ キャラット〉

吹田市片山町2-4-1
吹田グリーンプレイス2F
営／10時～19時
定休なし（年末年始）
050-8887-4723
https://www.caratt.jp

特 典
「シティライフを見た」で、
● 写真代1,000円OFF
※1家族様1プランのお支払いで1回のみ
※お写真を税別1万円以上ご購入に限る
（5月末まで）

Check

「はじめてキャラット」キャンペーン
対象年齢:5ヶ月～2歳未満
初めてスタジオキャラットを利用するお客様限定
平日9,800円（税別）・土日祝12,800円（税別）でデータ20カット付き（5/31まで）

25周年記念キャンペーン開催中
※5/12まで
写真5,000円以上購入で人気グッズを2つプレゼント！
七五三撮影の方、パパのお着物着付け無料・ママの着物の着付け平日無料、土日祝3,500円（税別）など、お得な特典が他にもいっぱい！
詳しくはHPへ

英会話スクール

千里中央サマースクール・英語学童開催 自然と身につくカリキュラムが特徴

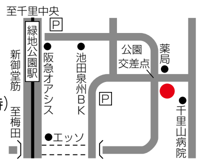
楽しみながら着実に4技能が身につくと保護者満足度が高いスクール。手厚いフォロー体制で、英検合格実績も多数！千里中央校では、5月後半からサマースクール・英語学童の受付を開始！ロボットプログラミング、英検、IT授業、習字、そろばん、音楽、運動などを英語を通して学び、コミュニケーション能力、問題解決能力、非認知能力を育ててくれる。詳しくはお問合せを。通常レッスンには右記特典あり。

バスもあって大助かり！
対象年齢：年少～中学生
（一部教室により異なる）
送迎エリア：
吹田市、豊中市、箕面市、茨木市の当校指定地域
※対象地域の詳細については、HPを要確認

特 典　「シティライフを見た」で（5月末まで）
1.入会金→**半額免除**
2.**スクールバッグ**（小学6年生まで）**プレゼント**
3.**入会セットプレゼント**
4.**体験レッスン初回無料**
※サマースクール・英語学童は対象外
※サタデーインターナショナルコースは3のみ
※各特典利用は、レッスンを3ヵ月以上継続される方に限る

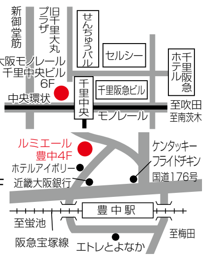
イングリッシュワールド
[姉妹校]高槻校、茨木校、塚口校、天王寺校
http://english-w.jp
英検、英検Jr. 受験準会場認定校

●緑地公園校
豊中市東寺内町5-38
緑地東タハシハイツ
受付/11時～19時（土曜・10時～18時）
月・日・祝定休
06-6338-5554



●千里中央校
豊中市新千里東町1-1-5
大阪モノレール千里中央ビル6F
受付/10時～21時（月曜:13時～21時　土曜:10時～18時）　日・祝定休
06-6833-0507

●豊中校
豊中市本町3-1-57 ルミエール豊中4F
受付/11時～19時（土曜・10時～18時）
月・日・祝定休
06-6858-5571



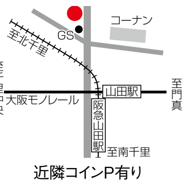
プログラミング
速読・速読英語

将来に繋がる様々な能力を引き出す プログラミング・速読・速読英語を新規開講

年齢に合わせた様々なカリキュラムが用意されている。

「知らないことを学ぶ」=「勉強」の好きな子どもを育てる高英進学教室では、2020年教育改革に先駆けて「プログラミング」「速読」「速読英語」クラスが新規開講される。「21世紀に向け、子ども達の教育システムが大きく変わりつつある今、子ども達に何を与え、どんな環境で様々なことを経験させるかということが、子ども達の未来へと繋がります」と、同教室の浦部先生。「プログラミング」では、ロボットの組み立て、パズルトレーニング、そしてプログラミングの3本柱でSTEAM教育に対応できる力を育む。「速読」では、生活にも影響する視幅を広げ、読んで解く力を。「速読英語」では、読み解く力の他に、速聴力を鍛え、英語検定対策も可能。まずは体験説明会に参加してみよう！

高英進学教室
吹田市千里万博公園12-1
パークサイドビル202
問/土・日・祝日を除く10時～16時
06-6875-2366
FAX：06-6875-1617
Mail：school@ukkhawaii.net
UKK スマイルキッズ で検索



近隣コインP有り

特 典
「シティライフを見た」と体験説明会お申し込み後、1週間以内の入会で**入会金が半額に！**

5/8(水)・5/10(金)・5/15(水)・5/17(金)
無料体験説明会開催！
詳しい内容はお問い合わせを。

From CityLife

こども食堂を広げよう ～千里山子ども食堂「ぽのぽ～の」～

［取材・文］編集部 木下

今回は、吹田市で開催している「ぽのぽ～の」を取材した。

2018年10月に開所した「ぽのぽ～の」は、吹田市の“後援”を得たため、案内ビラを保育所・子ども園・学校から、すべての世帯に配布。そのため初めからたくさんの子どもたちや保護者の参加があり、2か月目からは100名を超える状態に。

吹田では公民館での子ども食堂は初めての試みだったが、「無償で使わせてもらえるのは、資金のない中とても助かった」そう。ただ、100人は多すぎて、仕方なく1月からは70人定員にして開催。

「スタッフは毎回30人位いますが、定員を設けたことで、スタッフが子どもたちと一緒に、食事しながら話す時間もてるようになりました」と、代表の内藤さん。

開催は、毎月第4金曜日の17時～19時半（食事は18時頃から）。子どもは無料、保護者は300円、今はスタッフも食費300円払って運営を支えている状態。就学前の子どもは保護者とともに参加、小学生は基本お迎えを依頼（夜間開催のため）。

食事の前後には遊びの時間もあり、子どもたちの「おいしかった!」「楽しかった!」がスタッフの何よりの励みになっているそう。問い合わせは下記へ。

【取材協力・問合せ先】「ぽのぽ～の」代表・内藤　TEL：090-5663-7227　Mail：Kodomo301@yahoo.co.jp

---

Kinran INTERNATIONAL SATURDAY SCHOOL

＼申込受付開始／
第29回 サマープログラム
「Just for Kids」
●日程：7/29(月)～8/9(金) 10日間
●定員：400名
●対象：小学1年生～小学6年生
●時間：9時～15時
●申込：5/14(火)10時受付開始
※定員になり次第終了

クラスは「①ビギナー」から「⑦アドバンスドレベル」まで!

Kinran International Saturday School
吹田市藤白台5-25-1 千里金蘭大学3号館6F 3616
〈事務局受付時間〉火～金8時～16時45分
申込専用ページ▶
info@special-programs.net　http://ss.special-programs.net

1～3歳の
プレスクール

子どもの可能性を信じ、沢山の経験を積む 充実したエデュタイムが人気の教室

幼児期は人生でいちばん脳が成長する時期。「幼稚園・保育園の入園前に母子分離練習をどうしよう」とお考えの方におすすめしたいのがスマイルキッズプレスクール。充実したエデュタイムが人気で、リトミックや知育、絵画、体育、英語のエデュタイムから受講曜日を選択可。「3歳までの生活環境は性格形成だけでなく、運動能力・知的好奇心の発達など今後の成長に大きく関わります」と同教室の浦部先生。詳しい内容は説明会へご参加を。

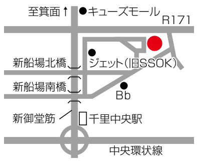
2019年度生 募集説明会
教室活動風景を動画でご覧いただきます。
●日程：5/18(土)・6/15(土)　各日10時～
●対象：満1才～就園前のお子様
※説明会へご参加ご希望の方は、お電話又は、HPのお問合せフォームにてお申込みください。

説明会へ参加した方全員に入会手続き時特典あり！

※プレスクール(2～3歳)残席わずか
※8月中にリトルプレスクール(1～2歳)へ入会の方は、2020年度プレスクールへの優先申込有り

スマイルキッズ リトルプレ・プレスクール

箕面市船場東1-15-8-201
問/土・日・祝日を除く10時～16時
06-6875-2366
FAX：06-6875-1617
Mail：school@ukkhawaii.net
UKK スマイルキッズ で検索



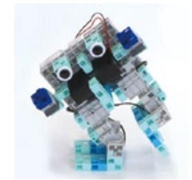
ここが安心ポイント！
①知育・リトミック・体操・絵画・英語のエディタイムあり
②週1日～5日までお好きな曜日回数を選択可
③欠席振替システム有り　④親子行事有り
⑤8時～19時の延長システム有り ⑥全日給食あり
⑦写真・動画の定期配信有り ⑧幼稚園選びやお受験相談も対応
⑨全スタッフ日本ベビーコーチング協会認定資格取得

ロボット
プログラミング

楽しみながらプログラミング 人気教室が新開講につき生徒募集中

「やる気」を引き出すレベルアップ式のカリキュラムを採用。学校教材メーカーのオリジナル教材というところもポイント。

音楽教室を展開する玉田ピアノが、新開講するロボットプログラミング教室の生徒を募集。2020年度から小学校必修化、大学入試科目への導入検討と、習得の必要性が高まっているプログラミング。「アーテックエジソンアカデミー」採用の同教室では楽しみながら学習に必要な土台づくりが身に着く。ロボットを使うからパソコンの画面上だけでなく、成果が目に見えるというのもポイント！



2足歩行のロボットのほか、車やペット、ゲームロボットも作っていく。

MENU
エジソンアカデミークラス………………… 月2回×90分／回(8歳～)
※8歳未満の場合は応相談

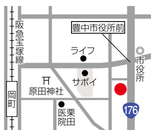
特 典
体験教室当日の申し込みで**入会金無料**
さらに、**教材費割引き特典**あり
「シティライフを見た」で、**プレゼント**進呈(6月末まで)

体験教室実施　※電話にて要予約
●岡町センター　5/12(日)・6/16(日)11時～12時
●石橋センター　6/2(日)・6/23(日)12時半～13時半
体験教室は保護者も一緒に参加(参加費540円)

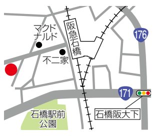
玉田ピアノ ロボットプログラミング教室

https://www.tamadapiano.co.jp/

●岡町センター
豊中市中桜塚2-21-7　福興第1ビル2F
阪急宝塚 岡町駅 徒歩7分
06-6843-1805
Email:okamachi@tamadapiano.co.jp



●石橋センター
池田市石橋1-9-1　宮下ビル2F
阪急宝塚線 石橋駅　西口 徒歩3分
072-761-4649
Email:ishibashi@tamadapiano.co.jp



阪急阪神不動産が手がける戸建新ブランド 〈ジオガーデン〉8月彩都に誕生

昨年4月に「阪急」と「阪神」の不動産事業が集約した形で発足した阪急阪神不動産株式会社。従来「阪急」では彩都・宝塚山手台等の大規模ニュータウンの開発分譲、「阪神」では関西・首都圏を中心に都市型戸建の分譲事業を推進してきた。今回、「阪急のまちづくり」、「阪神のいえづくり」というノウハウが生かされた新ブランド〈ジオガーデン〉が誕生した。新ブランド〈ジオガーデン〉は、沿線開発で培ってきた阪急・阪神のノウハウと分譲マンション〈ジオ〉の商品企画力が融合されている。

その第1号物件として、2019年8月から「彩都箕面」の新街区で、「ジオガーデン彩都箕面」(第1期16戸、総戸数40戸)の販売を予定している。

↑美しい景観と災害時のリスクに考慮し、無電柱にするなど安心と快適性の高い街となっている。
←安全性と景観に配慮した、ラウンドアバウト(環状交差点)を採用。

ジオガーデン彩都箕面 第1期物件概要

【所在地】大阪府箕面市彩都粟生北3丁目11番6他
【交　通】大阪モノレール彩都線「彩都西」駅より阪急バス約9分「彩都粟生北二丁目」停より徒歩1分 ／ 大阪モノレール「千里中央」駅より阪急バス約24分「彩都粟生北二丁目」停徒歩1分(分譲地より最も近い地点より算出)
【用途地域】第1種低層住居専用地域　【販売戸数】16戸
【敷地面積】170.28㎡(約51.50坪)～191.74㎡(約58.00坪)
【延床面積】101.85㎡(約30.80坪)～120.73㎡(約36.52坪)
【入居時期】2019年10月下旬(予定)
【事業主(売主)】阪急阪神不動産株式会社
国土交通大臣(15)第395号、(一社)不動産協会会員、(公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟
〒530-0017 大阪市北区角田町1番1号東阪急ビルディング内
宅地戸建事業部 TEL.06-6313-3412
※本広告を行い、取引を開始するまでは、契約または予約の申込みはお受けできません。予めご了承下さい。

Geo Garden
新しい「ジオガーデン」のロゴマーク

［ 問い合わせ ］ 彩都インフォ＊ミュージアム
0120-5-3110-5
営業時間／10:00～17:00(定休日:火・水曜日)
物件サイト▶ https://8984.jp/3110/

こども写真館

GWキャンペーン開催中 成人式や七五三の前撮りは5月がお得

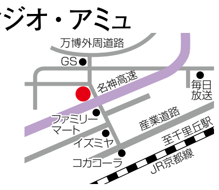
成人式や七五三の撮影は、前撮りが料金や着物も選び放題でとてもお得！5月31日までGWキャンペーン中で「成人式振袖記念」は着付・ヘアメイク付きで13,500円が平日は8,640円に。撮影用の成人振り袖、男性用の羽織・袴も多数揃う。「七五三前撮り」も着付・ヘアメイク付きでお得な料金に。

■成人式振袖記念
撮影料金(写真代別)：
平日8,640円
土日祝13,500円

■七五三前撮り
撮影料金(写真代別)：
通常3,240円→1,620円
さらにスマホ待受画像プレゼント　※5/31まで

こども写真館 フォトスタジオ・アミュ

吹田市山田西1-1-11
営／平日10時～18時
　土日祝日9時～18時
火曜定休、P有
0120-753-039
http://www.studioamu.com



地域サークル

サークル・クラブ・ボランティアなど、北摂で仲間と共に活動しているみなさんをご紹介します。

箕面観光ボランティアガイド MVクラブ(箕面市)

スタート／1998年　活動／オープンハイク:月1回程度　募集型ハイク:年7回ほか　参加費／無料
申込・問／072-723-1885(箕面 交通・観光案内所)
https://minohkankou.net/minoh-kankou-mvg/minoh-guide/guide-top.HTM

自然や古刹・史跡と見どころいっぱいの箕面で、無料の観光ガイドを務める同会。参加者からの「何十年も箕面に住んでいるけれど、知らないことがいっぱいあった」という驚きや喜びの声に励まされて、写真を使ったり話術を磨くなど、それぞれ研鑽を積んでいる。予約不要で毎月開催するオープンハイクとテーマを決めて予約制で実施する募集型ハイクの2本柱のほかに、「今年は小学校の遠足をもっと増やしたい」と紙芝居を作るなど、21年目を迎えてますます意気軒昂だ。参加もボランティアも他市民大歓迎とのことなので、ぜひ一度参加してみよう。

現在54名が活躍中。英語が堪能なメンバーや台湾人メンバーもいて、英語と中国語にも対応。ボランティアになるには、9月上旬の箕面市の広報誌「もみじだより」に掲載とHPで募集予定。

くもんの先生になりませんか？

くもんの先生がはじめやすくなりました！

あんしんサポート制度
- 2年間一定の援助金を支給
- 2年間会場費を援助
- 2年間生徒募集の費用を援助
- 開設時の教室備品の費用を援助

応募要項 》 ●55歳迄の女性の参加をお待ちしております。

仕事内容 》
●教室は週2回(午後の5時間程度)
●教科は算数・数学、英語、国語
●収入は生徒数により異なります。

説明会のご案内
※すべてお子さま連れ可、3日前まで要予約

地区	日程	時間	会場
摂津	5/13(月)	10:00～12:00	フォルテ摂津3階 303
梅田	5/15(水)	10:00～12:00	阪急グランドビル 26階11号室
	5/17(金)	10:00～12:00	グランフロント大阪北館タワーB10階 ナレッジキャピタルカンファレンスルームタワーB RoomB03
豊中	5/16(木)	10:00～12:00	エトレ豊中 5階 すてっぷ
	5/18(土)	10:00～12:00	千里朝日阪急ビル 14階
新大阪	5/30(木)	10:00～12:00	公文教育会館

※上記以外にも多数開催しております。詳細はWebサイトをご確認ください。説明会当日は、面接・採用テストは実施いたしません。KUMONのことを知り、疑問・不安を解消していただく場ですので、お気軽にご参加ください。

説明会のお申し込み・資料請求・お問い合わせは Webサイトもしくはフリーダイヤルより
0120-834-414 受付／9:30～17:30(土・日・祝除く)
公文教育研究会 大阪北事務局
〒532-8511 大阪市淀川区西中島5-6-6 公文教育会館2F
くもんの先生 検索
KUMON

朝日ファミリー 子どものやる気と私学の魅力を発見しよう！

私立中学校・高等学校 in 千里 進学フェア

入場無料 申し込み不要 入退場自由

朝日ファミリー 私立中高進学フェア 検索

私立中高へ進学を希望されている保護者や、これから検討する方も含めて是非この機会に私学の魅力を体感してください。

日時 2019年 5/26(日) 12:30～16:00
会場 千里朝日阪急ビル14F会議室
北大阪急行「千里中央」駅南改札口から徒歩3分、大阪モノレール「千里中央」駅直結

パンフレットコーナー 12:30～16:00
学校紹介リレースピーチ 13:10～15:20

セミナー 12:30～13:00
子どものやる気を引き出すための親の接し方、学習習慣のつくり方！
講師 中島 みちる氏(教育コンサルタント)
先着100名様

参加各校個別相談ブース(順不同) 12:30～16:00
●アサンプション国際中学校・高等学校
●追手門学院中学校・高等学校
●大阪学院大学高等学校
●大阪薫英女学院中学校・高等学校
●大阪桐蔭中学校・高等学校
●開明中学校・高等学校
●関西大倉中学校・高等学校
●関西大学中等部・高等部
●関西大学北陽高等学校・中学校
●金蘭千里中学校
●清風中学校・高等学校
●同志社香里中学校・高等学校
●梅花中学校・高等学校
●箕面自由学園中学校・高等学校
●桃山学院中学校・高等学校
●履正社学園豊中中学校・履正社高等学校
●早稲田摂陵中学校・高等学校
●雲雀丘学園中学校・高等学校
●奈良学園中学校・高等学校
※4月12日現在

■主催／アサヒ・ファミリー・ニュース社 ■お問い合わせ／大阪朝日広告社☎06-6205-8081(10時～17時／土・日・祝除く)

天気の良い日は公園に行こう

朝起きて、青空が広がっていたら、公園にお出かけしてみませんか? 周辺のお店でパンを買って行ったり、遊んだあとは近くのレストランでおいしいひとときを!

駐車場　授乳室　犬OK　売店・カフェ　トイレ　おむつ交換台

公園がさらに楽しく!

より寛げる空間になっています!!

最近、公園の中におしゃれなカフェなどができています。これは、平成29年に「都市公園法」改正によって、公園の運営に民間の活力を導入しやすくなったことが影響しています。市民の憩いの場としてはもちろん、環境や防災の機能を果たしたり、暮らしを豊かに彩ってくれる空間の誕生など、可能性がどんどん広がっています。GWにぜひ出かけてみませんか?

(上)鯉釣りは、利用料大人700円、貸し竿1,000円。月曜定休
(左)牛ヶ首池のほとりにオープンしたBird Tree。
(右)子ども向けの遊具もあるのでファミリーにも人気。

1 千里南公園 〈せんりみなみこうえん〉

吹田市津雲台1-3
阪急千里線「南千里駅」徒歩4分　入園料無料
リパーク千里南公園駐車場あり(有料)

※円形広場横トイレに設置

池のほとりにカフェレストランが誕生 新たな魅力が加わって注目度アップ

阪急南千里駅にほど近いこちらの公園は、大きな池があり、北側が釣り堀になっていて鯉釣りも楽しめる。芝生の広場でのんびりとピクニック気分を味わったり、「健康歩道」や「ブルウェイト」などの健康遊具で体を鍛えたり、と思い思いに楽しむことができる。園内には季節の花々が咲き、散策にもおすすめだ。

2019.2/27 OPEN

緑の木々を眺める池のほとりの第2のリビング

公園内にオープンしたCafeでランチ♪

2 PARK in CAFE Bird Tree 〈バードツリー〉

吹田市津雲台1-3-5　千里南公園内
営/カフェタイム11時～22時(ランチ11時～15時半、ディナー平日17時～22時、土日祝16時～22時)
☎06-6832-4488

千里南公園の新しいスポットとして注目を集めているカジュアルイタリアン。生産者から直送される但馬鶏を炭火で炙り、石窯でじっくりと火を入れた「但馬鶏のもも炭火焼」に、木箱に入った前菜6種、フォカッチャ、ミネストローネがついたランチ(1,780円)が人気。ソファ席や明るいテラス席など、その日の気分で選べば、そこは第2のリビング。友人や家族と語らいのひとときを過ごそう。北摂初のナイトロコーヒー(窒素ガス入りの水出しコーヒー)やパフェはテイクアウトもOK。

Menu

キッズメニューも充実

- Pastaコース…1,580円～
- Meatコース…1,780円～
- ナイトロコーヒー…480円
(ランチとセットの場合は200円)
※料金はすべて税別

お箸で食べる気軽なイタリアン。ランチは他にもイベリコ豚や淡路島産牛、パスタをメインに選べるコースがある。

(上)テイクアウトもできるパフェ
(中)ワンちゃんOKのテイクアウトスタンド
(下)オープンキッチンでライブ感あり

千里南公園のすぐ近く

4 Sunny Side 吹田南千里本店 〈サニーサイド〉

吹田市津雲台1-1-30　トナリエ南千里 1F
営/7時半～20時、第2火曜定休　P有り
☎06-6831-8822

毎月新商品が登場 焼きたて揚げたてがずらり

ゴロっとした牛肉が入ったカレーパンが不動の人気。惣菜系からスイーツ系まで種類豊富に揃っている。春はチキン&スナップエンドウを使った変わり種も。黒こしょうが効いていて大人におすすめだ。新商品も続々登場!

Menu

- とろーり自家製牛肉カレー………… 200円
- 黒こしょうチキンとスナップエンドウのタルティーヌ……………………… 194円
- ハムとチーズのカスクート………… 324円
- ダークチェリーのデニッシュ…… 194円

催事で大人気の和菓子 ピクニックのデザートにも

近くでTakeoutできる店

3 祖谷庄 千寿庵 南千里店 〈いやしょう せんじゅあん〉

吹田市津雲台1-1-30
トナリエ南千里1F
営/平日 10時～19時半、
土日祝 10時～19時
年始定休　P有り
☎080-4152-9778

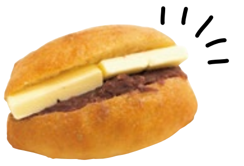
四国祖谷地方で、素朴な味を追求し続けている和生菓子屋。郷土の食材を用いた四季折々の和菓子が楽しめる。5月のおすすめはツルんとした喉ごしのわらび餅。こどもの日には、こし餡・つぶ餡・みそ餡の3種類がそろうかしわ餅を家族で食べ比べしてみては。

Menu

- 庄わらび餅(300g)…540円
- かしわ餅……………162円
- 祖谷だんご…… 108円/1本

特典

この記事持参で
GWの期間中(4/27～5/6)
庄わらび餅540円→20%OFFの432円に!



右から、ピザ220円、あんぱたーふらんす180円、ちょこくるみふらんす190円

テイクアウトも イートインもOK おいしいコーヒーと一緒に

近くのベーカリーで買って行こう

6 ぶたぶたベーカリー

豊中市東寺内町11-7　若竹マンション101
営／9時〜17時　月曜・第1火曜定休
☎06-6386-9339

国産小麦に少し米粉を混ぜたもっちり感と保湿性に優れたパンが人気。緑地公園へ持っていくなら、ランチにぴったりのカツバーガー（270円）とたまごサンド（230円）がおすすめ。曽根のMAHOT COFFEEの豆で淹れるコーヒー（370円・テイクアウト可）と一緒にイートインできるのも魅力。

店長は、ぶたのララさん。

5 大阪府営 服部緑地

（おおさかふえい　はっとりりょくち）

豊中市服部緑地1-1　第1〜第4駐車場あり（有料）
☎06-6862-4945（代表） http://hattori.osaka-park.or.jp/
都市緑化植物園　豊中市寺内1-13-2
開園時間／10時〜17時（入園は16時まで）
火曜定休（祝日の場合は営業）　☎06-6866-3621

広大な公園で遊具で遊んだり、新緑と季節の花を楽しもう。

楽しい遊具がいっぱいの「こどもの楽園」や芝生の丘と小川がある「ちかくの森」など、ファミリーで1日たっぷり楽しめる。また公園の南東にある植物園では、「シェフの屋台＆ハワイアンフェア＜5/26(日)＞」などのイベントを多数開催。

※施設情報は服部緑地のもの（植物園はペット不可）

服部緑地都市緑化植物園では5/12（日）にはママフェスタも行われる。入園料:大人210円、中学生以下無料

ワンランク上の料理 時間無制限の 人気ビュッフェ

服部緑地内にあるレストラン

7 Meyboom 〈メイブーム〉

豊中市服部緑地1-8（ウォーターランド横）
営／ランチ11時半〜16時（L.O14時）
　　ティー14時〜16時（L.O15時）
　　17時以降は貸切パーティーのみ可
火曜定休　※利用の方は駐車場無料
☎06-6865-3000

大好評のランチビュッフェは時間無制限。季節ごとの趣向も冴える多彩な料理を味わいながら、ママ友とのんびりお喋りも楽しんで。緑を眺める開放感いっぱいの店内は、子連れでも気兼ねせずくつろげるとリピーターも多数。女子にうれしいデザートも豊富！

Menu

- ランチタイム… 大人2,200円、ジュニア1,200円、キッズ750円
- ティータイム… 大人1,600円、ジュニア900円、キッズ600円

特典

この記事提示で
平日ランチビュッフェ一般の方5%OFF
60歳以上の方10%OFF
※60歳以上の方は身分証の確認が条件
（5月8日〜5月末まで、他券併用不可）

シェフの創意が冴える50種類以上もの料理だけでなくプリンやケーキ、フルーツ、フレンチトーストなどデザート類も多彩。

BBQ芸人・たけだバーベキューさん監修のFOODメニュー（2人前2,000円〜）も種類豊富。

8 万博記念公園

（ばんぱくきねんこうえん）

吹田市千里万博公園1-1　開園／9時半〜17時
（入園は16時半まで）、水曜休園（祝日は除く）
駐車場有り（有料）　公園入園料 大人250円、小中学生70円
「b-base」の問合せ、予約は下記より
https://b-base.jp/

巨大立体アスレチック迷路「迷宮の砦」と新しいBBQエリア「b-base」がオープン

グランピングが楽しめる新しいBBQエリア「b-base」。テント付きサイトは1区画1,000円〜10,000円（食事セット2000円〜、食材持ち込み不可）で利用できる。他にも5階層で構成された13mの巨大空間の立体アスレチック迷路「迷宮の砦」は、知力コースか体力コースを選んで楽しめる（3歳以上500円）。

ボリューム満点 粗挽きビーフパティの 迫力バーガー

公園へ行く前に立ち寄りたい

9 J.S. BURGERS CAFE ららぽーとEXPOCITY店

〈ジェイエス バーガーズ カフェ〉

吹田市千里万博公園2-1 ららぽーとEXPOCITY 1F
営／10時〜21時（LO20時半）
☎06-4864-8163
http://burgers.journal-standard.jp/

凝縮された旨みが溢れ出す肉感たっぷりのバーガーを提供する同店。今の時期ならでは、テイクアウト限定でお得なピクニックコンボが登場。迫力のボリュームに子どもも大満足！もちろんその他通常メニューもテイクアウトOK。

ピクニックコンボ（テイクアウト限定）…3,500円
ハンバーガーorサンド×2／ドリンク×2／チキン×2／オニオンリング／フレンチフライ

Menu

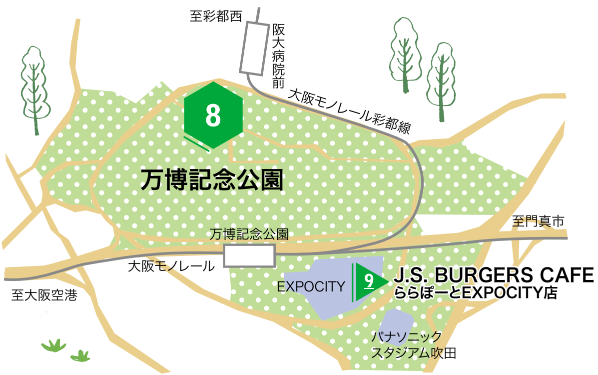
- バーガー…920円〜
- サンドウィッチ…880円〜
- ホットドッグ…750円〜
（全品フレンチフライ付）

特典

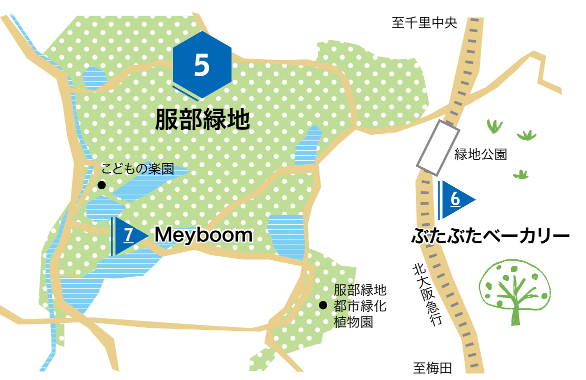
「シティライフを見た」で、
5%OFF
（5月末まで。4/27〜5/6は使用不可・他サービス併用不可）

アメリカンテイストのオシャレな店内でイートインもオススメ！ランチタイムならサラダバーがセットに。

万博記念公園エリア



服部緑地エリア



千里南公園エリア

4日と5日は箕面のゆるキャラ®「ゆずるくん®」もやってくる！

40周年記念企画でイベントも開催

「まつりDAジェット」

5/4(土祝)・5(日祝)・6(月休)

親子で楽しむ3日間

ガラポン抽選会や子どもおみくじ、屋台にアクセサリーつめ放題や人気のポップコーン販売などイベント満載！ゴールデンウィーク最後の3日間はジェットへ！

今回めぐったのは

本館と東館と犬ちゃん猫ちゃんの一生に寄り添うフード・用品専門店

本館の主な売り場

- レディスファッション
- 子ども服、ベビー用品
- メンズファッション
- 貴金属、時計、舶来(インポート) など

東館の主な売り場

- 食品
- 家庭用品、日用品
- 食堂、喫茶
- 文具、ファンシー など

犬ちゃん猫ちゃんの一生に寄り添うフード・用品専門店の主な売り場

- ペット用品
- ペットフード

読者限定 一日体験入館を私たちがレポートします！

アウトドア用品も豊富に揃う!!

卸価格のジェットがおトク おでかけ準備はバッチリ

圧倒的な商品数

40周年を迎える「ジェット」とは

「ジェット」は、箕面市船場東にある、衣料品や生活用品をはじめさまざまな品物を取り扱う現金卸問屋。そのため、登録会員制となっているので入店するには会員カードが必要となっているのが特徴。本館、東館、インテリア館、犬猫フード・用品の専門館で構成されていて、卸価格で購入できるので地元からはもちろんのこと、遠方からも多くの人が足を運ぶ施設となっている。

今回、シティライフ読者限定で特別に卸価格で購入できる1日体験入館が可能に！(詳細はページ下をチェック)そこで、家族でおでかけするのが大好きな鯉川ファミリーがジェットを体験しレポートします！

入館方法

次に、ゲートで会員証をかざして入店。シティライフ読者特典の体験入館は、入口のゲートで「シティライフを見た」と言えば入館が可能に！(5月末まで)

まずはコインロッカーに荷物を預けて、貴重品など必要なものをビニールバッグの「私物袋」へ。

え！こんなにおトクになるの！？

市場小売価格

販売価格

値札には「市場小売価格」(上)と「販売価格」(下)が記載されていて、おトク感がわかりやすい！

本館

おでかけに役立つグッズもしっかり揃う

しっかり肌を守らなきゃ！子どもにも使えるやさしいタイプもあるので、まとめて購入しちゃおう。

紫外線量の多いシーズン！化粧品売り場で日焼け止めなどのUV対策アイテムを準備しよう。レジャー時のもしもの時や通学・通勤に役立つレインコートもしっかりチェックを。傘の品揃え数が多いのにビックリ！これだけ種類があればお気に入りが見つかるはず。

これで雨の日も安心だね！

東館

4/25(木)～5/8(水) アウトドアブランド「コールマンフェア」開催

便利な機能とタフなつくりでアウトドアライフをサポートするイチオシが勢揃い！これからのシーズンに重宝するクーラーバッグや、防災用品としても活用できるランタンやシュラフも人気。これを機会にいろいろ買い揃えたくなるものばかり。

クーラーバッグはキャンプやピクニック、フェスなどのイベントにも大活躍しそう！

犬ちゃん猫ちゃんの一生に寄りそうフード・用品の専門館

ペットとのおでかけ時間も大切に

ペットと一緒のおでかけ時間を快適にしてくれるアイテムが揃う「おでかけフェア」を5/6(月・休)まで開催中。多頭飼いや、犬ちゃんと飼い主の高齢化もあり需要が高まっているペット用カートや、マーキングやそそうの悩みも安心のマナーウェアが人気。

洋服みたいに着用できる、ユニ・チャームのマナーウェア。超小型犬～中型犬のサイズ展開で男の子用・女の子用あり

ペット用カートのコンビ ミリミリEGやペットキャリーで一緒におでかけしよう！

5歳になるポメラニアンを飼っていて、いつも一緒に出かけるので、あったら便利だね！

諸国銘菓エリアは、日本各地に行った気分になるね！お土産の買い忘れにも良いかも(笑)

子どもたちのテンションUP

充実のお菓子売り場

子どもたちが喜ぶお菓子から、大人も嬉しいおつまみなど、お菓子売り場の品揃えも充実！大容量タイプもあるので、大人数でワイワイするときの集まりにもぴったり！スタッフが現地に赴き交渉して仕入れた「諸国銘菓」エリアが新登場。現地でしか買えない銘菓が揃う。

萬栄グループ ジェット

大阪府箕面市船場東2-2-2 営／9:30～17:30

072-729-3531(大代表)

お掛け間違えのないようご注意ください。

http://www.jet-manei.jp/

［ 駐車場約1,000台完備 ］

当日お買上げ額2,000円(税抜)以上で駐車料金無料

アクセス

電車をご利用の場合／北大阪急行 千里中央駅(北改札口)下車。千里ライフサイエンスセンター前、阪急バス12番のりばから10分毎に往復するニューム・ジェット直行バスをご利用ください。

ロハスフェスタ万博

4/26[fri]～28[sun]

出展決定

今回特別にシティライフ読者特典を用意してもらいました！

入り口のゲートで「シティライフを見た」と言えば

卸価格で購入できる1日体験入館が可能に！(5月末まで)

この機会に一度にまとめてたくさん揃えちゃおう！

City Life

みんなの小さなエコを大きなコエに

2019 Spring

ロハスフェスタ® 万博

1st. 4/26 fri.・27 sat.・28 sun.

2nd. 4/29 mon.・30 tue.・5/1 wed.

万博記念公園・東の広場 [大阪府吹田市]

9:30～16:30 入場証販売は16:00まで

[会費（入場証）] 350円 [小学生以下無料]

※別途公園入園料（大人250円・小中学生70円）が必要
※障がい者手帳をお持ちの方ご本人と介助者1名無料
※イベントの内容は予告なく変更になる場合がございます

雨天決行 ※荒天中止

最新情報は公式WEBをチェック！

自分にも地球にもやさしいライフスタイル、それがロハス。

芝生がまぶしい万博公園「東の広場」、やわらかな陽ざしの中、
ロハスフェスタでしか手に入らないアンティーク雑貨や家具、
手作りのぬくもりあふれる小物やアクセサリー、こだわり食材のフード。
子どもたちが元気に走り回れる広場、
この場所だからこそつながる人々、きっと新しい出会いがたくさんあるはず。
みんながいろんな楽しみ方をココロゆくまで満喫できる、
そんな、ゆったりとしたロハスな時間を
緑と春の爽やかな風の中で過ごしましょう！

総出展店舗数 約650店舗 ※1日平均約460店舗

P.11まで続くよ！

【ロハッチ®】ロハスフェスタの公式キャラクターのみつばちの男の子

幸せな未来のためにみんなができること。

SDGsが達成された社会を目指すためにロハスフェスタでは様々な取り組みを行っています。

SDGs（エスディージーズ）って？

Sustainable Development Goals ＝ 持続可能な開発目標

「SDGs」は2015年に国連サミットで決められた目標で、2030年までに世界のすべての人々が豊かに幸せになるために、そしてずっと地球に暮らしていくために、私たちが目指すべきことが「17のゴール」として書かれています。地球はひとつしかありません。その地球には、課題が山積みです。地球のことは、地球に住むすべての人が、一緒に考えて、今すぐ課題に取り組んでいかなければ解決しません。小さい行動だって、集まったら大きな力。SDGsのゴールに向けて自分たちにできることからはじめていきましょう。

持続可能って？ 今、自分のまわりのことだけではなく、未来のみんなや地球も今みたいに暮らせるということ。

開発って？ 十分に食べられなかったり、学校に行けなかったり、病気でも病院に行けなかったり、住んでいるところがとても危険だったり、暴力をふるわれたり、自由に意見が言えなかったりすることをなくして、みんなが安心して、自分の能力を十分に発揮しながら満足して暮らせるようにすること。

1 貧困をなくそう
2 飢餓をゼロに
3 すべての人に健康と福祉を
4 質の高い教育をみんなに
5 ジェンダー平等を実現しよう
6 安全な水とトイレを世界中に
7 エネルギーをみんなに そしてクリーンに
8 働きがいも経済成長も
9 産業と技術革新の基盤をつくろう
10 人や国の不平等をなくそう
11 住み続けられるまちづくりを
12 つくる責任 つかう責任
13 気候変動に具体的な対策を
14 海の豊かさを守ろう
15 陸の豊かさも守ろう
16 平和と公正をすべての人に
17 パートナーシップで目標を達成しよう

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS
2030年に向けて世界が合意した「持続可能な開発目標」です

ロハスフェスタのいろんなプログラムもSDGsに結びついています。幸せな地球の未来のために楽しみながら実践しましょう！

SDGsに関するロハスフェスタの取り組み

ご自宅にある資源をお持ちください

（13 気候変動に具体的な対策を／14 海の豊かさを守ろう／15 陸の豊かさも守ろう）

ロハスフェスタでは、資源を回収しています。使用済みの天ぷら油は発電機に使えるバイオディーゼル燃料になって、会場で使用しています。牛乳パックもトイレットペーパーとして会場で使っています。紙袋はマイバックを忘れた方に配り、レジ袋の削減に役立たせています。

☑牛乳パック回収
☑使用済み天ぷら油回収
☑古本
☑紙袋
☑ダウン回収

マイ食器・カトラリー・マイボトル・マイバックをお持ちください

（12 つくる責任 つかう責任／13 気候変動に具体的な対策を／14 海の豊かさを守ろう）

お皿やお箸、水筒は繰り返し洗って使えるのでゴミの量がグンと減ります。ご自宅から、お気に入りのものを持ってきて、ロハスグルメをお楽しみください。会場内の洗い場スペースで洗えます。

レジ袋＆ストローについて

使い捨てビニール製レジ袋やプラスチック製ストローは、海洋汚染、海洋生物への悪影響、それに伴う人への悪影響となるマイクロプラスチックの要因として考えられているため、環境への影響を配慮して、会場での使用を差し控えております。生分解性の袋や環境に配慮した素材のストローも販売しておりますので、ご利用ください。できるだけマイバックをご持参いただき、ロハスフェスタをお楽しみください。

ロハスフェスタ給茶スポット Supported by ZOJIRUSHI を利用しよう

（6 安全な水とトイレを世界中に／13 気候変動に具体的な対策を／14 海の豊かさを守ろう）

マイボトル・水筒持参者限定で、ほうじ茶を無料で提供しています。ぜひ、マイボトル持参でロハスフェスタへお越しください。

マイ食器・マイボトルを忘れた人は…

リユース食器をご購入頂く必要があります。（1ヶ100円）ごみの出ないイベントに向け、ご協力をお願いします。なお「レンタル食器」は終了となります。

リユース食器は1ケ100円

環境にやさしいカトラリーを各10円で販売をしています！

子どもたちも楽しめるコンテンツがいっぱい！

ロハスフェスタ®万博の続き

ロハスフェスタはファミリーで楽しんでいただけるイベントです。
お子さま向けコンテンツも充実しています！ぜひ、ご家族で一緒にお越しください。

小枝でつくろう！スプーン&フォーク

開催日：全日
参加費：300円

間伐材を利用したスプーン&フォークを作りましょう。大人はもちろん、子どもでも簡単に作れます。リサイクルを学びながら、自分だけのオリジナルスプーン&フォークで美味しいごはんを食べましょう。

ロハスフェスタ　キッズエコツアー

開催日：4/27(土)・4/29(月・祝)
10時半～、11時半～
参加費無料、事前予約優先制

ロハスフェスタの会場内をのロハスお兄さんと回って、一緒にまわってロハスやエコについて学びましょう！参加者には参加記念のロハスフェスタキャップとロハスエコキッズ認定証を差し上げます。枠に空きがあれば当日参加も可能！ご希望の方は総合案内本部までお尋ねください。

ゼロ・ウェイストアカデミー

開催日：4/26(金)～4/27(土)
カードゲームは参加費無料、
ワークショップは300円～

世界が注目する「ごみゼロ」の町上勝町ゼロ・ウェイストアカデミーの楽しくごみを救おう！カードゲーム＆古布リメイクワークショップを実施。ワークショップは着物や鯉のぼりの古い生地を使って、くるみボタンやガーランドを作ります。　協力：象印

みんなで美味しく食べよう　子ども食堂

開催日：4/28(日)・4/29(月・祝)
時　間：9時45分
整理券配布開始、
10時半より提供開始

先着200名限定

今回も子どもたちが笑顔になれるようなメニューを用意します。青空の下、みんなで食べればさらにおいしい！ぜひ、お立ち寄りください。小学校が対象です。

ロハスフェスタ日本茶ワークショップ

開催日：4/28(日)～5/1(水・祝)
参加費：500円

マイボトルを使って簡単な抹茶作りを体験。日本茶をベースにフルーツやお花、ハーブを使って自分だけのブレンドティーを作りましょう。

テント布でつくろう！マイバック

開催日：全日
参加費：500円～
※大きさによって異なります。

ロハスフェスタなどのイベントで使用した看板用テント布でマイバックをつくります。柄は切り取る部分でさまざま。環境にやさしいリユース素材で、世界にひとつだけのオリジナルバックをつくりましょう。
資材提供：西武高槻店

ロハスアウトドアパーク

開催日：4/26(金)～28(日)
参加費：500円～
※内容によって異なります。

外遊びの魅力に触れるアウトドアパークエリアでは、アウトドアグッズの販売やワークショップ、ボルダリング体験など盛り沢山！ぜひ、みんなで遊びましょう！

動物村がやってきます！

開催日：全日
参加費：300円

可愛い動物たちが、ロハスフェスタ会場へやってきます。エサをあげたり、触れてみたり、動物たちと楽しい時間をすごせます。普段は出会えない動物もやってくるかも！？ぜひ、お立ち寄りください。

DREAMAM CRATORS FESTA ドリマム town

開催日：4/26(金)～4/28(日)

ハンドメイドを通じて物の大切さ、そして「夢をあきらめない！」を追求するクリエイターユニット。ロハスフェスタに約20ブースが登場！！ぜひお立ち寄りください。

テンションhigh！赤ちゃんハイhighレース

開催日：4/26(金)　11時～
参加費無料、事前予約優先制

話題の赤ちゃんハイハイレースがやってきます！青空の下、芝生の上、赤ちゃんとママ・パパみんなで楽しみましょう。枠に空きがあれば当日参加も可能！ご希望の方は10時半から赤ちゃんハイhighレース会場にお尋ねください。

みんなで塗ろう！ こいのぼり

開催日：全日
参加費無料

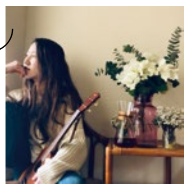
みんなで好きな色に塗って世界にひとつのこいのぼりをロハスフェスタ会場でつくりましょう！完成したら「こいのぼりくぐり」や空に浮かべて楽しもう。
協力：ターナー色彩（株）

LOHAS STAGE

Pick-up artist

4/26(金)
11:00～

かしもとゆか



16歳からバンドで歌い、2012年 春、ウクレレに出会う。仕事を辞め、買ったばかりのウクレレを連れて、北欧 Swedenに滞在。2016年1月よりウクレレ弾き語りとしてソロ活動を開始。こころをほぐすやさしい音にのせて、うそのない声とことばを届ける。

4/29(月・祝)
15:30～

朱ノヲト ～Ake Note～

篠笛の魅力を全国に向けて発信するユニット。2011年10月結成、2019年1月に星空ラマンより改名。数々の異ジャンルアーティストとコラボレーション。情熱的かつ幻想的なサウンドで見る人の心を動かす。

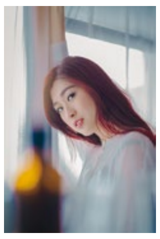
FM OH!『hug+』公開録音開催！

4/27(土)　13:45～14:45

DJ 大塚由美

詳細はWEBにて近日公開！！
「hug+」は毎週金曜日8:20～11:00

神戸のあらた 14:00～



和紗　14:25～

FM COCOLO公開収録決定！

4/28(日)　13:00～15:30

DJ 池田なみ子

詳細はWEBにて近日公開！！

エミマイヤー
15:00～

西村ケント　13:30～

協力：ネッツトヨタニューリー北大阪

野菜芸人「土肥ポン太」がロハスフェスタにやってくる！

- ブース出展：全日
- ステージ出演：4/28(日)・5/1(水・祝)

野菜芸人「土肥ポン太」さんが、「野菜のテーマパーク」と題して、4店舗をセレクトしました。野菜の販売から、ドレッシング・メイン・デザートに至るまで充実したラインナップです。今回は、こだわり産直野菜を使った「野菜の炭焼き串」も提供させていただきます！

大阪府和泉市「道の駅 いずみ山愛の里」
応援隊長 土肥ポン太さん

❶千里中央にある野菜のセレクトショップ「野菜ソムリエの店のら」より、當銘（とうめ）さんの沖縄産ピーチパイン他、インスタ映え必至の「カラフルミニトマトすくい」

❷和泉市　道の駅「いずみ山愛の里」より、土肥ポン太さんプロデュース商品昨年も大人気の「くるみドレッシング」や、「りんごジュース」、新商品「トマトスープ」

❸西宮の飲食店がロハスの為に準備したブランド「炙り鶏屋」より、「こだわり野菜の炭焼き串」「低温調理（コンフィ）した炭焼き骨付きチキン」

❹大津にあるクレープの名店「クレープリーグランデール」より、「クレームブリュレクレープアイス」

道の駅 いずみ山愛の里

総出展店舗数650店舗でお気に入りと出会おう！

ロハスフェスタの一番の魅力は、なんといってもロハスなこだわり作品が一堂に会することです！
目移り必至の想いのこもった作品たちを、ぜひ手にとってみてください。

4/29(月・祝)〜5/1(水・祝)

【ブース No.147】

Apple Tree

少しの予算でもおしゃれを楽しんでいただけるようなハンドメイド服の販売。

4/26(金)〜28(日)

【ブース No.F39】

N's cafe

安心・安全の食材を使い、毎日食べても飽きがこないバリエーション豊富なボリューム満点！具沢山サンドなど。

全日

【ブース No.252】

zakka Smile

もらった人が笑顔になるような、消しゴムはんこを押した紙モノが勢ぞろい。プレゼントや大阪土産としても大人気です。

全日

【ブース No.F56】

信楽窯焼きアップルパイ

国産リンゴを用いた安心安全の焼きたて熱々の窯焼きアップルパイ。

全日

【ブース No.F31】

ドーナツデプト×北摂ワインズ

厳選された素材を使用した13種類のもちもちアンダギーや昔ながらのリングドーナツなど。

全日

【ブース No.059】

Window Ra Peach

お尻拭きも一緒に入る、子育てママパパにオススメのデニムリメイクオムツポーチなど。

全日

【ブース No.201】

コイケヨシコ

使うとあたたかなぬくもりを感じる。何気ない日々の暮らしに寄り添う器を販売。

4/29(月・祝)〜5/1(水・祝)

【ブース No.350】

toi et moi accessory

レジンやお花を使用したアクセサリーやiPhoneケース・その他小物の販売。

4/28(日)〜5/1(水・祝)

【ブース No.020】

atelier Merci

お好きなオプションで何通りものカスタムができるカゴバッグなどの販売。

全日

【ブース No.127】

うつわと雑貨 a new sprout

手ロクロ・手びねりで全て製作しています。シリーズの器・1点モノの器、どれもが世界にひとつだけしかない、「たったひとつだけのうつわ」

全日

【ブース No.261】

森の人工房 Orang de Utan

動物をモチーフにした革小物やオリジナルスタンプの販売。

全日

【ブース No.354】

pongee

綿や麻などの天然繊維を使用した、親子でお揃いの服などの販売。

4/26(金)〜28(日)

【ブース No.357】

Lunon

優しい色合いのシンプルで大人可愛い天然石アクセサリーとおはなのインテリアを販売しています。

4/29(月・祝)〜5/1(水・祝)

【ブース No.151】

slowth×kakine×ひだり堂

キッズパンツやオリジナルTシャツ、店主厳選のうつわ、リースやスワッグ、丁寧にリペアされたレトロな家具などの販売。

全日

【ブース No.262】

KEN HAND MADE WATCH

『杜の都　仙台』より大阪へ。個性的なデザインの手作り時計の展示販売。

4/26(金)〜28(日)

【ブース No.E5】

andR

本物の花とレースやコットンパールを使った、オリジナルデザインのアクセサリーの販売。

4/26(金)〜28(日)

【ブース No.326】

ray silver works

デザイン豊富なバングルとリングをメインに見ているだけでも楽しんでいただける作品を販売。

全日

【ブース No.240】

Drink up

使う程に味わい深くなるレザーを使用した作品を販売。

全日

【ブース No.140】

andbloom

ドライフラワーとアーティフィシャルフラワーを使った手作りリーフやブローチ、空間をデザインするインテリアフラワーなど。

4/26(金)〜28(日)

【ブース No.349】

Flower Studio NONNO

ナチュラルな優しいプリザーブドフラワーの販売。

4/26(金)〜28(日)

【ブース No.343】

SAIKA-KOBO

インテリアになじみ、ほっと癒される瞬間をもっていただけるようなコーディネートを心がけています。

全日

【ブース No.114】

savon futur …and more！

ひとつひとつ丁寧に製造した、優しい使い心地で深呼吸したくなる様な香りの石鹸を販売。

4/29(月・祝)〜5/1(水・祝)

【ブース No.349】

UnSourire

役目を終えた植物をドライにして様々なインテリアに蘇らせる「再生」と生活を豊かにする「インテリア」の販売。

全日

【ブース No.063】

ころねるねんどくらぶ

お子様から大人の方まで楽しめるお茶碗や小鉢作りなどの陶芸ワークショップ。陶器小物の販売もあります。

全日

【ブース No.199】

FineDay

自然乾燥させて作ったドライフラワーです。花や植物本来の色や香り、植物たちの組み合わせをお楽しみください。

全日

【ブース No.F41】

tearoom ALICE

国産の鶏肉を使用し、特製のデミグラスソースをかけた柔らかいサクサクのチキンカツ。

4/29(月・祝)〜5/1(水・祝)

【ブース No.146】

トレモロ

作り手の思い、がうかぶ生活の道具。見ていて使って毎日が少し幸せな気分になる、そんな暮らしの道具の提案。

全日

【ブース No.A26】

WALT

上質なお肉を使ったメニューを多数ご用意。イチオシの熟成牛ハラミステーキは、肉の柔らかさ、味と間違いなし。

全日

【ブース No.A11】

DEAR SAND CAFE

ネイビーのキッチンカーで焼き上げるバターの芳醇な香りの焼きたてクロワッサン、自家製ケーキを巻き込んだオリジナルディアクロの販売。

全日

【ブース No.A06】

PIZZA FREE

イタリアの高級小麦粉を使い、低温で長時間発酵をとったこだわり生地を車載した石窯で一気に焼き上げる本格石窯焼きナポリピッツァ。

主　催：ロハスフェスタ実行委員会／シティライフ

後　援：環境省／大阪府／吹田市／国立研究開発法人 宇宙航空研究開発機構（JAXA）／関西テレビ放送／公益社団法人ゴルフ緑化促進会／一般社団法人日本ホビー協会

詳しくは下記公式ホームページにて　http://event.lohasfesta.jp/

ロハスフェスタ　検 索　LOHASFESTA　LOHAS_FESTA　ロハスフェスタ

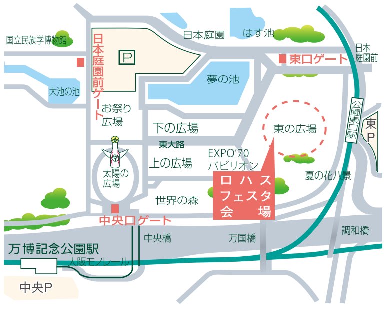
ロハスフェスタ 大阪事務局（シティライフNEW内）
〒566-0001 大阪府摂津市千里丘1-13-23 Tel.06-6338-0641

COOL CHOICE　公共交通機関をご利用ください　「移動」を「エコ」に。smart move

開催中は駐車場が満車となり、周辺道路が大変混雑するとともに駐車場の入出庫に数時間かかる場合があります。

[アクセス]◎阪急宝塚線・蛍池駅◎地下鉄御堂筋線・千里中央駅◎阪急千里線・山田駅◎阪急京都線・南茨木駅◎地下鉄谷町線・大日駅◎京阪本線・門真市駅それぞれから大阪モノレールへ乗り換え万博記念公園駅下車

◎会場で出たゴミは、各自でお持ち帰りください。◎ロハスフェスタの会場は禁煙です。喫煙は指定の場所にてお願い致します。◎出展ブースや商品の撮影はお店の方に了解を得た上で、お願いします。◎安全で楽しいフェスタにするため、運営スタッフの指示にご協力ください。◎ロハスフェスタの趣旨をご理解いただき、取組みにご協力ください。◎当日会場内で取材や記録用写真・動画などの撮影を行います。ロハスフェスタの紹介に使用される場合がありますので、ご了承ください。◎お支払いいただいた会費の払い戻しはいたしません。◎万博公園はペット同伴での入園が禁止されています。◎イベント内容、時間などが変更になる場合があります。◎お車でご来場の方はイベントでの飲酒はご遠慮ください。◎会場内では安全管理のため大型テントやタープ、足つきテント、ペグなどの使用をご遠慮いただいております。



Moist Diane BOTANICAL
やさしさを信じる、
生き方がいい。
ホイップボタニカル
はじまる。
やわらかさ、穏やかさ、しなやかさ、たくましさ、人生にはいろんなモノサシがあっていい。
でも、優しさを信じる生き方が、いちばんいい。生き方って、髪や肌にきっと出る。
髪もカラダもダイアンボタニカル
濃密泡の
泡ボディーソープ
誕生
Diane BOTANICAL
無添加*
Additive free
New
ディープモイストシリーズ
敏感肌も
リッチに潤う♡
ホイップシアバター※配合
ハニー
オランジュの香り
リフレッシュ＆モイストシリーズ
さっぱりなのに
潤う☆
オリーブ洗浄成分※配合
シトラス
サボンの香り
同じ香りの
ヘアシャンプー・
トリートメント・ミルク・
もあるよ！
Moist Diane BOTANICAL
BODY SOAP
Deep Moist
ホイップシアバター
&シュガー
100% 植物由来の洗浄成分
Moist Diane BOTANICAL
BODY SOAP
Refresh & Moist
うるおい
サボン
100% 植物由来の洗浄成分
ディープモイストシリーズ
シャンプー（左） 480ml
トリートメント（中） 480ml
ボディミルク（右） 500ml
ディープモイスト泡ボディーソープ
800ml
リフレッシュ＆モイスト泡ボディーソープ
800ml
リフレッシュ＆モイストシリーズ
シャンプー（左） 480ml
トリートメント（中） 480ml
ボディミルク（右） 500ml
無添加※でやさしい使い心地に、こだわりの植物由来洗浄成分を配合※サルフェート（ラウレス硫酸Naなど）、パラベン、石油系界面活性剤、合成色素、鉱物油、エタノール、動物性原料（微生物由来、はちみつ除く）

NatureLab

子どもと一緒に使える

高密度・高弾力の「クリーミーホイップ泡」で保湿しながら洗いあげる

ダイアンボタニカルでは、子どもと一緒に使えるように、10種のオーガニックボタニカルエキスを配合。「泡ボディソープ」は、1プッシュで肌にぴったり密着するもっちり泡がたっぷり。洗いすぎない、やさしい洗浄力がポイント。お肌にとってより良い環境を保ちながら、やさしく洗い上げることにこだわりました。さっぱりなのに潤う、オリーブ洗浄成分配合の「リフレッシュ&モイスト」と、敏感肌もリッチに潤うホイップシアバター配合の「ディープモイスト」の、ボタニカルシリーズで人気の2タイプ。無添加※・弱酸性処方なので、赤ちゃんの繊細な肌から、肌ストレスを感じやすい大人まで、家族みんなでお使いいただける泡ボディソープです。

※サルフェート(ラウレス硫酸Naなど)、パラベン、石油系界面活性剤、合成色素、鉱物油、エタノール、動物性原料(微生物由来、はちみつ除く)

サルフェートフリー(ラウレス硫酸Naなど)

動物性原料フリー(微生物由来原料やはちみつを除く)

パラベンフリー

90%以上 天然由来成分(水を含む)で髪やカラダにやさしい

無添加※でやさしい使い心地に、
こだわりの植物由来洗浄成分を配合

※サルフェート(ラウレス硫酸Naなど)、パラベン、石油系界面活性剤、合成色素、鉱物油、エタノール、動物性原料(微生物由来、はちみつ除く)

エタノールフリー

石油系界面活性剤フリー

鉱物油フリー

合成色素フリー

実際に使用してみた読者の声

voice

同じ香り!

ディープモイストを使ってみました!

泡がふわふわでやわらかいのにビックリ!乾燥肌でお風呂上がりにボディミルクがかかせない我が子ですが、ボディソープだけでも肌がしっとりに。同じ香りのボディミルクもあるので、合わせ使いできるのが嬉しいですね。

(たかこママ)

甘い香りがお気に入り!

泡が気持ちいい〜。

自分で泡だてなくてもワンプッシュでふわふわな泡が出てくるので、子どもでも簡単に使えるところが気に入っています。なめらかな泡が気持ち良くて、洗い終えた後はすべすべに。「いい匂い!」と子どもも喜んでいて「早くはいろー!」と、お風呂タイムを毎日楽しみにしています。

(はるかママ)

リフレッシュ&モイストを使ってみました!

ホイップくんとボタニカル号がロハスフェスタ万博にやってくる!

4/29·30·5/1
mon tue wed

植物で覆われた「ボタニカル号」がロハスフェスタ万博に登場します!
ワークショップの開催や体験ブースなど、ここでしか体験できないボタニカルの世界観をぜひ楽しんでください。車からふわふわ出てくるしゃぼん玉に子どもたちも大喜び!

ホイップシアバター作り

参加無料

話題のホイップシアバター作りワークショップを、ダイアンボタニカルのブースで行います。作ったホイップシアバターはボディミルクとして使用できます。お子様でも簡単にできるので、ぜひ親子で挑戦し、ホイップシアバターの保湿力を実感してみてください!

楽しく一緒にホイップシアバター作りをしよう

所要時間: 15分程度
参加方法: 当日、ダイアンボタニカルのブースにて受付

※一度に参加できる数が限られているので、参加者多数の場合はお待ちいただく場合がございます。

濃密泡体験ブース

ふわふわ モコモコ いい香り〜!

泡ボールプール

\かならず当たる/
ガチャガチャ・サンプリング・Kids写真館

ホイップくんと写真が撮れるよ!

フォトスポット

イベント限定 ミニミルク販売!

ボディミルク 各500円
・ハニーオランジュの香り
・シトラス&ホワイトブーケの香り
・フルーティピュアサボンの香り

株式会社 ネイチャーラボ TEL.0120-112-285(お客様コールセンター)平日9時〜18時(土・日・祝祭日および、年末年始の休業日をのぞく)

[取り扱い店舗]キリン堂、コクミンドラッグ、ココカラファイン、スギ薬局、ジップドラッグ、ドラッグセガミ、ドラッグストアサーバ、ビューティーライフストアチャーリー、ライフォートの各店 ※取扱状況が異なる場合がございます。

女性のカラダ特集

自分のカラダと今こそ向き合おう 不妊治療の基礎知識

不妊治療を進めるなかで、どうすればいいか悩んだり、決断を迷うこともあるでしょう。不妊治療の専門家が様々な悩みに具体的なアドバイスをしてくれました。

悩み① 人工授精がうまくいかず、体外受精にステップアップするか悩んでいます。判断するための基準はありますか。

園田先生の回答

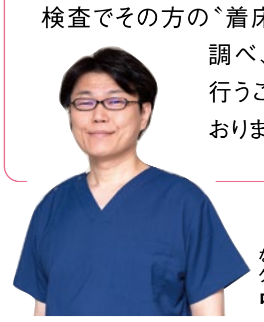
判断基準としましては、人工授精の回数、年齢、卵巣機能、精子の状態など体の状態を総合的に見て判断します。人工授精は5回～6回以上進めたとしても、確率が上がることはありません。現在治療回数が5回以上の方は体外受精へのステップアップをおすすめします。また、5回に達していなくても年齢が高い場合、もしくは精子の状態が良くない場合には治療法を見直したほうが良いでしょう。治療法を変える事は大変勇気のいる決断になります。正しい情報を知り、正しく判断していくためにも、信頼できる医院を見つけることが大切です。

園田桃代ARTクリニック
園田 桃代 先生

悩み② 32歳で採卵を2回しました。1回目は9週で流産。2回目は8つの胚盤胞が育ちましたが結果は陰性ばかり…。良好と言われた胚盤胞なのに、何度も妊娠反応陰性が続くことってよくあることでしょうか?

中村先生の回答

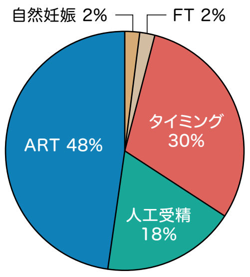
お辛い気持ちお察しいたします。32才の方であれば、胚盤胞1個あたりの妊娠率は40%近くあるため、胚盤胞移植で陰性が続くのは、少し珍しいケースかもしれません。もし、最初の妊娠が初期胚移植で、その後胚盤胞移植で着床が起こらない場合、いわゆる「着床の窓(子宮内膜が胚を受け入れることができる期間)」がずれている可能性があります。着床しない人の約30%は12時間から24時間ほどずれているという報告もあります。当院ではERA検査でその方の〝着床の窓〟がどこにあるかを調べ、それに基づいて移植を行うことで良好な結果を得ております。



なかむらレディースクリニック
中村 嘉宏 院長

あなたに必要な治療は何でしょう? 私たちと一緒に一歩前へ進みましょう

2010年の開院以降、現在までに2204名の方が妊娠されました。当クリニックではタイミング療法や人工授精、高度技術を要するART(体外受精、顕微授精)まで幅広い診療をおこなっております。治療のステップアップには、大きな不安が伴います。不安解消にはご夫婦が治療の知識を正しく得ることが大きな助けとなります。左記の「クリニック見学ツアー」や「体外受精セミナー」は、みなさんの第一歩を応援する機会となることと思います。



当院の妊娠例の治療法別内訳

半数の方は自然妊娠に近い一般不妊治療で妊娠されています。時間と可能性のある方には、まずは負担の少ない治療から始めていきます。一方、半数はARTでの妊娠です。近年ARTでの出生が20人に1人となっており、今やARTは不妊治療では一般的な治療であると言えます。

CLOSE UP

最適な治療を選択し 心も体も健康に

ご夫婦が新しい家族を迎え入れられるよう、回り道をすることなくテンポよく、かつ身体的にも精神的にも大きな負担がかからないよう、一人一人に必要な治療を見極めていきます。お二人の大切な治療です。スタッフ一同、お二人の勇気と前向きな姿勢を応援します。

園田桃代ARTクリニック
園田 桃代 先生
医学博士・日本産科婦人科学会専門医・日本生殖医学会認定生殖医療専門医

『妊活』への第一歩 クリニック見学ツアー 無料

5/11(土) 14:30～ [予約制]

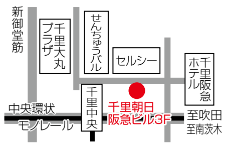
施設内をスタッフがご案内します!
「婦人科と不妊治療専門クリニックってどう違うの?」
「受診前にクリニックの雰囲気を知っておきたい」
など、どんな理由でもお気軽に参加ください。

体外受精セミナー ～知っておきたい体外受精のあれこれ～

5/18(土)・6/15(土) 13時半開場 13時45分～15時
千里朝日阪急ビル14F 会議室 ※毎月開催 参加費無料

[対 象] これから体外受精を考えている方
(ご夫婦での参加も出来ます。お子様連れの参加はご遠慮下さい。)
[内 容] 卵巣刺激、採卵、体外受精、顕微授精、胚凍結、移植、妊娠率など。
スケジュールについて、助成金制度について
[予 約] 要予約。お電話(06-6155-1511)でのご予約、またはWEB予約をご利用ください。

園田桃代ARTクリニック
豊中市新千里東町1-5-3
千里朝日阪急ビル3F
診療時間/10時～13時、15時～18時
火・木・土曜日は午前のみ、日祝休診
06-6155-1511
http://www.sonoda-art.com
LINE@始めました



最新設備導入で妊娠率がさらに向上 朝8時～夜19時まで診療 お仕事と治療の両立が可能

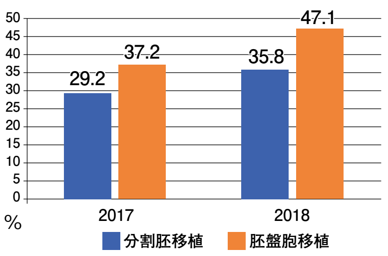
当クリニックでは2018年に「タイムラプス(iBIS)」と「WOWディッシュ」を導入。これにより、分割胚移植、胚盤胞移植ともに妊娠率がアップしました(左グラフ参照)。タイムラプスは24時間リアルタイムに胚発育を動画で観察・記録できるので、胚分割の状態が確認でき、良好胚の選別精度が向上しました。

同時にWOWディッシュでの胚培養もスタート。これは胚を入れる微細な穴を同一の培養液で覆うことで、個別管理と集合培養の双方のメリットを享受できる特殊な培養方法です。胚同士が互いの成長を助け合う因子をシェアすることで培養成績がアップしています。

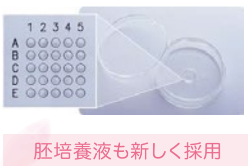
また、当クリニックでは体に負担の少ない自然周期で体外受精を行っています。採卵の最適なタイミングを逃さないため、日曜祝日も休みなく対応できるようにしています。朝8時から夜19時まで開院しているのでお仕事との両立も可能。患者様に寄り添う不妊治療をめざしています。

なかむらレディースクリニック
中村 嘉宏 院長
大阪市立大学医学部卒業。生殖医療専門医、日本内視鏡外科学会技術認定医、臨床遺伝専門医。生殖補助医療胚培養士。

《当クリニックの妊娠率 2017年・2018年》



WOWディッシュ



タイムラプス(iBIS)

胚培養液も新しく採用

無駄な添加物は含まれていない、胚の成長に必要な栄養素のみに特化した培養液を採用しています。

CLOSE UP

経験豊富な胚培養士が最新の設備で良好胚を選別

厳しい院内の技術試験をクリアした生え抜きの胚培養士が、素早く、正しい操作で顕微授精や凍結作業を行っています。タイムラプスやWOWディッシュなどの最新設備を導入しても、正しく扱える技術や経験がなければそのメリットを最大限に得ることはできません。当院の胚培養士は全員が「生殖補助医療胚培養士」の資格を持つスペシャリストです。

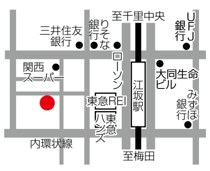
体外受精セミナー

毎月第2土曜日
定員30名(要予約)
残席わずか。
お早めにご予約ください。
場所:なかむらレディースクリニック待合室
詳しくはHPか電話でお問い合せください。 ※5月は満席

スタッフ募集中

生殖医療の現場は、多くのスタッフの力が必要です。私たちと一緒に熱意をもって取り組んでくださる方を募集しています。ぜひ一度お問い合わせください。
(詳細はQRコードから)
06-6378-7513
(採用担当/総務部)

なかむらレディースクリニック
吹田市豊津町13-45 第三暁ビル
診療時間/月～金:8時～11時、16時～19時
※木曜は8時～11時のみ
土日祝:8時～11時
06-6378-7333
https://www.towako-nakamura.com/



悩み③

精子の数が少ないと診断された場合、体外受精するしかないのでしょうか？
また、精液検査は一度で充分でしょうか？

＼山下先生の回答／

男性不妊の原因も様々ですので、まずは男性不妊外来の受診をおすすめします。体外受精以外にも、例えば薬物治療があります。精子の数が少ない乏精子症の場合、内分泌療法と非内分泌療法に分けられ、一般的にビタミン剤や漢方を用いた非内分泌療法から始めることが多く、また治療と並行して亜鉛を含んだサプリメントもおすすめしています。内分泌療法の場合は、主にゴナドトロピン療法で治療します。精液検査は禁欲期間の影響が大きいため、一度だけではなく、複数回の検査が望ましいです。2〜3回受けていただくと、精子の状態がよくわかります。

うめだファティリティークリニック
山下 能毅 院長

悩み④

採卵後受精はするのですが、胚盤胞にならず分割がとまってしまいます。何か方法はありますでしょうか？

＼井上先生の回答／

漢方で卵の質を上げることにより胚盤胞到達率は上がります。不妊治療の技術も進みPGSによる染色体のご相談も増えてきました。卵子の側から考えた場合、成長過程に問題がある、卵の大元がよくない、成長・分割のエネルギーが足りないなど、原因に応じた漢方を飲むことで改善が期待できます。ただ受精卵の質は男性側の原因も半分有るため、精子の状態をよくすることで受精卵の質も向上します。最近では精液検査に問題がなくてもDNAの損傷があることがわかってきており、ともに漢方を服用されることでより改善が期待できます。

漢方薬局 柚花香房
井上 貴文 先生

悩み⑤

3年半不妊で、子宮内膜症、卵巣チョコレート嚢腫と診断されています。妊娠はもう難しいでしょうか。

＼西口先生の回答／

程度にもよりますが、漢方薬の服用によって妊娠することは可能です。漢方の考え方では、子宮内膜症になる原因は、冷えが原因で血流が悪くなっている状態、体内に余分な水が滞っているため血流が悪くなっている状態、気の巡りが悪く血流が悪くなっている状態、腎が弱い体質などです。漢方薬の服用によって、これらの体質を改善し、血流を良くすることによって、妊娠することは十分可能で、子宮内膜症の根本治療にもつながります。実際に子宮内膜症、卵巣チョコレート嚢腫と診断され、長年不妊で悩んでいた方が体質に合った漢方薬の服用によって妊娠されたケースは多いですよ。

春風漢方薬局
西口 哲平 先生

反復着床不全の方は「子宮内膜炎」や「免疫寛容の異常」の有無を確認しましょう

何度も良好胚を移植してもなかなか着床しない「反復着床不全」の原因は、胚自身の問題以外に、子宮側の問題、胚に対する免疫寛容の異常などが考えられます。

当クリニックでは子宮側の問題に対する検査として、最新のERA検査で最適な着床時期を診断する方法に加え、子宮鏡検査をおすすめしています。

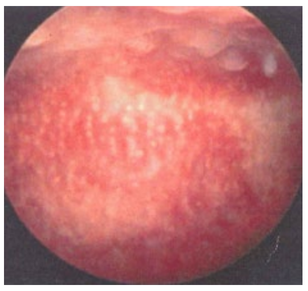
子宮鏡検査で発赤した子宮内膜といくつもの白斑が診られる「子宮内膜炎」や、子宮底部のみならず、卵管口周囲にできた微小な「子宮内膜ポリープ」は不妊症との関連性が報告されています。治療としては、内膜炎は抗菌薬の投薬で、ポリープは子宮鏡手術で切除を行います。

また、「免疫寛容の異常」とは、人間には2つの免疫細胞（Th1／Th2）があり、そのうちのTh1細胞が優位な上昇が認められる場合やNK（ナチュラルキラー）細胞活性の異常増加がある場合、胚を異物として捉え、着床を拒絶してしまうというものです。もともと体質的にそういう方がいらっしゃいますので、採血検査で調べることをおすすめしています。治療としては、免疫抑制薬（タクロリムス）などで効果が期待できます。

このように当クリニックでは、ご夫婦の症状に応じて、いちばん良い選択をオーダーメイドのように選んでいただくために、最新の設備と医療技術を備えています。私たちと一緒にがんばってみませんか。

うめだファティリティークリニック
山下 能毅 院長

大阪医科大学医学部卒業（医学博士）。日本産婦人科学会認定医、生殖医療専門医。大阪医科大学産婦人科学講師を経て、うめだファテイリティークリニック副院長就任。平成29年4月に院長就任。



慢性子宮内膜炎の子宮鏡所見。痛みを感じないので自覚症状がなく、気づいていない方も多くいらっしゃいます。

CLOSE UP 男性不妊外来もあり、泌尿器科の専門医が担当

当院は、開院当初から不妊専門の泌尿器科医である宮川先生、増田先生、福原先生の3名の専門医による男性不妊外来を開設し、良好な治療結果を残しています。男性が少しでも受診しやすい環境づくりを心がけており、男性不妊外来を女性外来とは別フロアにし、男性専用の待合室を設置して診察を行っています。無精子症の最新治療である「マイクロテセ」も導入しています。

- 毎週 木曜日　夜診（17時半〜19時半）
- 毎月 第1土曜日　17時〜19時
- 毎月 第3土曜日　13時半〜15時半

リラックスできる雰囲気を大切に

待合室

診察室

不妊治療専門クリニック　医療法人聖誕会
うめだファティリティークリニック（旧宮崎レディースクリニック）

大阪市北区豊崎3-17-6
診療時間／9時〜12時、13時〜15時半、17時半〜19時半
（※火曜午後14時〜、木曜午後13時半〜）
休診日：日曜、祝日、土曜の夜診
地下鉄中津駅下車 3番出口より徒歩約1分
阪急梅田駅茶屋町口下車 徒歩約5分
☎06-6371-0363
http://umeda-fc.org
※当クリニックは、特定不妊治療助成事業の「指定医療機関」です。

一人ひとりに寄り添う親身な治療 本来持つ「妊娠力」を取り戻す

自らも病気で悩み、漢方で克服した経験から「他の苦しんでいる人にも漢方を知ってほしい」と、この道へ進んだ西口先生。「知らない方が意外と多いのですが、不妊症と漢方との相性は驚くほど良いんです。食生活や生活習慣の乱れなどで、身体の準備が整っていない方が多く、漢方では妊娠できる体に準備を整えてあげることができます」と西口先生。女性に本来備わる“妊娠力”を高める漢方の力で、長年不妊に悩む人が授かった例も多数。まずは気軽に相談を。

この写真の雰囲気の通り、やさしく相談しやすい人柄。国際中医専門員の資格を持ち、これまでの経験や豊富な知識から的確に体質改善へ導いてくれる。不妊症、アトピー、自律神経失調症など不調を感じたら相談してみて。

喜びの声

- 女性ホルモンの値が悪かったけど5ヶ月で妊娠
2年不妊で病院から女性ホルモンの値が良くないと言われ、タイミング療法で妊娠に至らず相談に。他にも月経痛やめまいなどの不調があり、「脾」と「腎」を温める漢方薬と女性ホルモンのバランスを整える漢方を処方して5ヵ月後に妊娠しました。（30代女性）
- 染色体異常など卵の質を上げて6ヶ月で妊娠
過去2回体外受精をしましたが、着床後に受精卵が育たず、心拍が確認されませんでした。これは染色体異常など卵子の質が関係するようで、質を良くするために、半年間「腎」を強くし、気血を補う漢方を服用。その後40代という年齢を考え最後の体外受精で見事妊娠しました。（40代女性）

春風漢方薬局

豊中市寺内2-2-22
シャトーエデン109
営／月〜金 9時〜19時半、
土 9時〜18時
日曜・祝日定休
「予約制につき、電話でご予約を」
☎06-6151-2491
春風漢方薬局 で検索

「何をすればいいかわからない」悩む貴女を妊娠に導く子宝のかけこみ寺

薬剤師・国際中医師の資格を持つ井上先生夫妻。相談は予約制のため落ち着いて相談できる。

煎じ薬、粉薬の調合も行う北摂でも数少ない漢方専門薬局。子宝相談は評判で同店の得意分野。とりわけ内膜や卵の質の分野では噂を聞き、東海や関東からも来局される。高齢の方も多く、妊娠した3人に1人が40代という。細かく時期や体調を見ながら、“今”必要な漢方で体を整えていく。精子数、運動率の改善実績も豊富で、自然での妊娠を希望されている方にも心強い。

数多くの妊娠実績あり。喜びの声など、詳しくはHPで。

統合医療生殖学会学術理事の貴文先生。不妊治療の勉強会では講師を務める。

喜びの声

- 二人目が授からず体外受精をするも陰性が続いていました。卵が原因だろうとのことで質を良くする漢方を処方してもらいました。体が元気になっていく中、いい卵も採れ始め、PGSにて染色体に異常のない卵も採れました。移植し無事妊娠。もうすぐ出産を迎えます。（池田市 40歳）
- 多嚢胞性卵巣症候群で体外受精を繰り返し、着床はできても妊娠しませんでした。卵の質をよくできれば自然でも妊娠できると言われ治療をお休みして漢方でチャレンジしました。周期はバラバラでしたが教えてもらったやり方でちゃんと妊娠。今まではなんやったんやろうという気持ちです。（箕面市 31歳）

漢方薬局 柚花香房

吹田市山田西3丁目57-20 ピアパレス王子101
営／平日9時〜19時、水曜9時〜13時、
土曜9時〜17時
日・祝定休　P2台あり
※4/30〜5/2は営業
☎06-6816-9677
漢方相談は電話でご予約を
http://wu-xiang-dou.co.jp
柚花香房 で検索

DENTAL CARE

意外と知らない歯の健康知識

歯は一生もの。だからこそ早めのケアを心がけましょう。

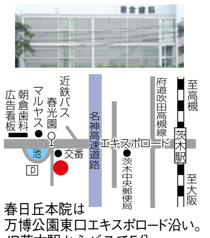
3DS
除菌外来

歯原性菌血症が生活習慣病の原因に
～3DS（虫歯細菌・歯周病細菌）除菌療法～

朝倉 勉 院長
歯学博士
日本糖尿病協会歯科医師登録医
大阪大学歯学部歯科医師臨床研修指導医

ペリオドンタルメディスンとは歯周病原菌が菌血症を起こし全身の健康に影響し、生活習慣病が引き起こされることです。歯周ポケットから1日に数万個の細菌が血管に侵入し動脈硬化、循環器疾患、骨粗鬆症、脳卒中、高脂血症の原因になります。3DS除菌外来は細菌カウンタで口腔内の総細菌数の測定、潜血検査、PMTCでバイオフィルムを除去し、マウスピースに抗菌薬と殺菌消毒液を入れ、装着し虫歯や歯周病原菌を除菌します。歯原性菌血症は全身疾患の原因になるので、患者さんがセルフケアに取り組めるよう指導します。詳しくはかかりつけの歯科医院に相談下さい。

朝倉歯科医院/本院
かかりつけ歯科医機能強化型診療所
大阪大学歯学部臨床研修施設
TEL.072-625-2001
茨木市南春日丘1-1-19
朝倉デンタルビル　春日丘交番隣り
(医)朝倉クリニック歯科(分院)
一般 矯正 小児 障がい者歯科
TEL.072-626-2006
茨木市駅前4-3-26
朝倉メディカルビル　養精中隣り



春日丘本院は
万博公園東口エキスポロード沿い。
JR茨木駅からバスで5分

【歯科セカンドオピニオン外来】
歯並び、入れ歯、歯周病、訪問診療、インプラント、CT画像診断、ホワイトニング、金属アレルギー、審美歯科などはお気軽にご相談ください。
歯の悩みご相談は春日丘本院で院長が行っております。
0120-468-321
HP:http://asakura-dental.com

マイクロ
スコープ

マイクロスコープの使用で広がる歯科治療の正確な診断と治療

片岡院長
大阪大学大学院卒/大阪大学歯学部招へい教員/デンマークコペンハーゲン大学歯学部留学

マイクロスコープを用いることにより肉眼では見えない微小な対象物を40倍まで拡大でき、精密な治療を行なえます。特に根管治療に効果を発揮します。「根管治療」とは、虫歯菌が感染した神経を取り除き、根管を綺麗に清掃してからかぶせ物をする治療です。歯の寿命を決定付ける、難しく・大切な治療です。歯をできる限り残すためにはマイクロスコープがなくてはなりません。また、つめ物や被せ物の形成も正確に行えるため、美しく長持ちさせることも可能です。インプラント治療でも小さな欠片や膿袋などを除去しないと炎症の原因になりますが、マイクロスコープなら完全除去が可能です。このようにマイクロスコープでの治療には非常にメリットが大きいのですが、歯科での普及率はほんの僅かです。導入している歯科医院を選ぶと良いでしょう。

カタオカ歯科医院
06-6834-7778
豊中市上新田1-28
千里中央パークヒルズK棟203号室
診／9時半～12時半、
15時半～20時半
土曜日午後13時半～16時半
火曜日午後、日祝休診 P有
http://www.miyo-dc.com/

『住みなれた街で働きたい』
そんなアナタを待ってます!

お仕事情報

資格講座

ベネッセの介護職員初任者研修
10,000円OFFの「早割」も実施中
資格取得後のバックアップも充実

今後ますます需要が増えていく介護のお仕事。全国で300ヶ所以上の高齢者向けホームを運営する当社開催の「ベネッセ介護職員初任者研修」では、各施設で活躍している現役スタッフを講師に、介護の基礎的な知識だけでなく、エピソードを交えた実践的な知識を身につけていただけます。受講料はご検討いただきやすい54,000円（税込）と通いやすいのもポイント。ご希望の方には、施設・在宅の仕事や、人材会社での仕事探しまで、資格取得後のバックアップも一人ひとりに合わせて手厚くサポートいたします。「未経験だけどこれから介護職に就きたい」「現在無資格で働いている」「親の介護に役立てたい」という人にオススメです。介護の魅力や講座で学べること、修了後の仕事など、気になることがあれば、まずは無料説明会へお気軽にご参加ください。

株式会社ベネッセスタイルケア
介護セミナー
受／平日9時～20時
土日祝9時～18時
0120-922-711
http://shikaku.benesse-style-care.co.jp/
ベネッセ初任者研修 で検索

JR新大阪駅より
徒歩5～8分

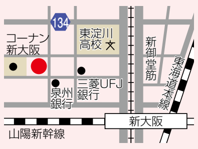
各コース申込開講日の40日前までにお申込みで受講料から10,000円割引!講座では実際に介護技術の体験もしていただけます。

ベネッセ介護職員初任者研修

［ 6月／月水金コース ］ 6/7（金）～全15回 9時半～17時半
早期申込締切日:4/28（日） 通常申込締切日:6/2（日）

［ 8月／土日コース ］ 8/4（日）～全15回 9時半～17時半
早期申込締切日:6/25（火） 通常申込締切日:7/30（火）

●新大阪会場:大阪市淀川区
西宮原2-1-3
SORA新大阪21 13階
●受講料:54,000円
●定員20名
※日程の詳細はHPをチェック



※予定されている日程に全て出席可能かを確認のうえお申込み下さい。

無料説明会開催（予約不要）
●会場:上記と同じ
●日程:5/7（火）・19（日）
●時間:（午前の部）10時～11時、（午後の部）14時～15時

神戸でも開催中
［ 6月／土日コース ］［ 8月／月水金コース ］
●神戸会場:神戸市東灘区本山南町8-6-26 東神戸センタービルE棟2階
JR摂津本山駅より徒歩8分、阪急岡本駅より徒歩12分

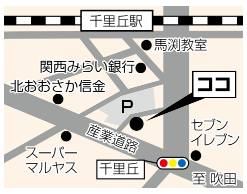
金・プラチナ・宝石・シルバー製品・ロレックス・オメガ・ブランドバッグ・ジュエリーなど

壊れていてもOK! 古いものでもOK!

専門店だからできる
高価買取 安心・安全!!

金券・クオカード・テレカ etcも絶賛買取中!

当店ではお客様の商品を目の前で一点一点、丁寧に査定しております!
【おとり広告や不当表示などにご注意ください。】



千里丘西口より徒歩約2分
入りやすい1階路面店
目の前にコインパーキング有り!
（有料）※1時間無料駐車場券
お渡しします（ご成約の方に限り）

7周年
買取&販売 ボスフル千里丘店
摂津市千里丘1-10-3
営／11時～18時30分（日祝～17時）
定／毎週木曜日、第2・4水曜、GW休み有
06-6330-5011 www.bossfull.com

健康な
暮らしを
送ろう

カラダの調子を整える

重度な外反母趾から軽度な外反母趾・巻き爪・足の痛み・むくみ など

18周年記念特別価格実施中
「巻き爪」「外反母趾」は
評判の"足指ソムリエ"が改善

「歩くのがツラいほど痛い」「ヒールのある靴を履けない」、そんな足の痛みに頼れるのが、TVでも話題の「足指ソムリエ」、木方先生。その技術力は、外反母趾・巻き爪施術の講師として他院で指導するほどで、先生のもとには沖縄・広島・静岡、はるばる台湾から通う人もいるのだそう。外反母趾や巻き爪は、放置して深刻化させるケースや、ムリに爪を切るといった自己流ケアで悪化させることがほとんど。その結果、脚をかばって歩き、"不格好なO脚"や寝たきりなど、さらに重症化させることも。放置せず、まずは気軽に相談を!

▲代表木方さんの施術手法は業界内でも有名で、他院院長にも教えている。

TV取材で外反母趾・巻き爪予備軍のお子さまに家でもできるゴルフボールエクササイズを指導している様子。

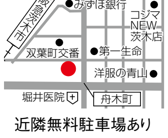
1度目の施術で痛みの解放を感じる人がほとんど
大阪初「インベントプラス療法」は認定講師のみが行える特許施術。その特徴は矯正力が高く、重度な巻き爪も改善でき、再発しにくいこと。他の施術方法ではダメだった人も来院しており、遠くは大分から通う人もいるほど。

改善エピソード
歩けないほどの痛みでしたが、一回目の施術で指の痛みがなくなり、歩いて帰ることができました。数回通い変形爪も正常形へ戻り、今ではオシャレな靴も履けて、自分の足が好きになりました。（40代女性）

近畿圏初の矯正法 痛みの少ない手技療法
同院が行う手技による施術は、それぞれの症例に合わせた施術なので、痛みが少なく・施術効果が大きいのが特徴。72,000人もの施術経験をもとに、改善までをサポートしてくれる。

改善エピソード
外反母趾を長年治療せずに我慢しているうちに腰や背中にも違和感がでるように。足を調整していくようになって足の痛みや肩腰の痛みまで改善されました。（30代女性）

大阪外反母趾センター
大阪巻き爪フットケア専門院
（ありがとう鍼灸整骨院内）
茨木市舟木町5-3　シャルマン・コートモーリ1F
営／11時～14時、17時～22時
（土曜　9時～12時、16時～19時）
日曜祝日 定休
072-638-5777
外反母趾専用HP　巻き爪専用HP



近隣無料駐車場あり

特　典
新規の方・初回限定「シティライフを見た」と予約で
①外反母趾矯正が18周年記念特別価格!
・片足（30分）……… 8,600円→3,000円
・両足（60分）……… 16,200円→4,500円
②巻き爪矯正が18周年記念特別価格!
・1指……… 15,000円→4,500円
・2指……… 26,000円→6,000円
・初診料（①②）……… 1,100円→無料
詳しくはWEBでチェック!　※要予約（5月末まで）

EXPOCITY press

MAY Vol.34 エキスポシティプレス 5

連休が待ち遠しい！ アウトドア・レジャーを楽しむなら EXPOCITYでキマリ！

LaLaport KIDS Fashion Carnival!! EXPOCITY

昨秋開催のキッズファッションショー「LaLaport EXPOCITY KIDS Fashion Carnival！！」でファミリー部門賞を受賞したファミリーにEXPOICTYを紹介してもらう企画第2弾！今月号はゆずちゃんファミリーの登場です。イベントやフェスがたくさん開催されるこの季節にぴったりな、機能性とデザイン性を兼ね備えたおでかけコーデやアイテムを紹介します。おでかけ準備をしっかりして、大型連休やレジャーシーズンを思いきり楽しんじゃおう！

キッズファッションショー時のゆずちゃん（当時2歳）とパパ→

連休が待ち遠しい！

アウトドアブランドを取り入れた おでかけコーデ

※各靴はモデル私物

【レディス】
knot sisters K/S Stripe Sweater（10,800円）、patagonia® Women's Fleetwith Romper（16,200円）、Laughaha Kintaro W（4,104円）

ワンピース・ロンパーは速乾性と伸縮性を備えた、しわになりにくい多機能型。背中で交差するタンクトップのスタイルはレイヤリングしやすく、トイレに行きたくなったら容易に下げることが可能。フロントポケットを２つ備え、右ポケットには隠しジッパー式ポケットも。

【キッズ】patagonia®
Baby Torrentshell Jacket（9,612円）、Organic Cotton T-Shirt（2,700円）、Baby Baggies™ Shorts（4,320円）

ジャケットはすべての縫い目をテープ処理し、土砂降りから守る完全防水性。複数パネル構造のフードは頭部を保護するようつばの下に伸縮性のまちを施し、後頭部には反射性テープ付き。耐風性と耐水性を備えた水陸両用のバギーズが海辺でもどこでも大活躍！

【メンズ】
surf a.m./golf p.m. SamG-pm BOMBER JK K（12,960円）、patagonia® Men's Text Logo Uprisal Hoody（11,340円）、patagonia® Men'sTerre-bonne Joggers（12,420円）

軽量でコンパクトに収納できるパンツは、通気性と速乾性を持ち合わせ、伸縮性のあるニットのウエストバンドと裾を備えた、スリムなカットのジョガー・スタイル。surf a.m.／golf p.m.の着心地の良いジャケットで、シンプルに合わせて。

TCG（パタゴニア専門店）
ららぽーとEXPOCITY 2F
☎06-4860-6364

おしゃれに楽しむために！

こだわりアウトドア・レジャーグッズ

CHUMS Pop Up Sunshade for relume（3人用）（8,424円）／CHUMS Booby Easy Chair for relume（4,104円）

今回初のCHUMSの別注アイテムが登場！ブラック・ベージュのシックな色味で大人なアウトドアスタイルを提案。サンシェードテントはポップアップ式でワンタッチで設営可能なので簡単に扱える。通気窓はメッシュになっているので通気や虫よけにもgood！

JOURNAL STANDARD relume
〈ジャーナルスタンダードレリューム〉
ららぽーとEXPOCITY 1F
☎06-4864-8156

ナバホEX Tepeeリビング400-AI／LOGOS エアライト ハイバックバケットチェア／LOGOS エアライト バケットチェア／LOGOS Life オートレッグテーブル 9050（ヴィンテージ）
※写真はイメージ。価格は店頭にてご確認ください。

新定番のTepeeは、雨天時の出入りでも水が入り込みにくく、靴や荷物を置くことができる前室付き。フライシートからインナーテントを外せば、雨天時や真夏に大活躍する大型タープに。

LOGOS SHOP 〈ロゴスショップ〉
ららぽーとEXPOCITY 1F
☎06-4860-6392

KAVU別注キャップ（4,860円）
KAVUの定番アイテムであるストラップキャップを別注。ウェービング部分は、エスニック調と無地ベースの2パターン。

KAVU別注バッグ（4,104円）
KAVU定番アイテムのTOTE BAGをベースに、タウンユース使いに便利なサコッシュバッグをデザインして別注。メインポケットに加え、後ろ側にもポケットを配置。間口にはスナップボタンがついていて、物の出し入れも快適。

ナノ・ユニバース
ららぽーとEXPOCITY 1F
☎06-4860-6475

Coleman×FREAK'S STORE DOUBLE CHAIR（5,724円） WAGON（17,280円）

今季のコールマン別注は、ジーンズのハラコ革パッチからインスピレーションを受けた牛柄に、都会的なブラックを組み合わせた仕様。全6アイテム登場。
※ワゴンは6月上旬販売

FREAK'S STORE
〈フリークスストア〉
ららぽーとEXPOCITY 1F
☎06-4864-2348

【別注】<COLEMAN（コールマン）> EXCURSION COOLER 16QT/クーラーボックス（4,968円） COMPACT TREKKING STOOL/スツール（3,132円）

2019年の<COLEMAN>別注テーマは「CASUAL　ELEGANT」。アウトドアではタブーとされている、ホワイトカラーでエレガントさを、グレーに近いダスティベージュでカジュアルさを演出。フレームやロゴは全てブラックで統一し、スピンドルには今の気分のMIX CODEを搭載。

BEAUTY&YOUTH UNITED ARROWS
〈ビューティアンドユース ユナイテッドアローズ〉
ららぽーとEXPOCITY 2F ☎06-4864-8285

EXPOCITY FUN FUN OUTDOOR FESTA

5/18(土)・19(日)2日間限定イベント開催！
ひとあし早く、アウトドアな夏アイテムを手に入れよう。
詳細はコチラ

ららぽーとEXPOCITY 1F 光の広場　館内イベント

セレクトショップやアウトドアショップが大集合。注目の別注アイテムやアウトドアファッションアイテムを見て比べて買えるイベント。さらに現地で購入した人だけがもらえるオリジナルノベルティも！

日時 5/18(土)・19(日) 10:00～21:00(19日のみ20:00まで)

EXPOCITY　空の広場　屋外イベント

"小さな庭先で繰り広げられるガーデンパーティー"アーバンリサーチドアーズが開催を続ける人気の野外フェス「タイニーガーデンフェスティバル」のプレイベント。ハワイアンバーガー「ONO DINER milimili」も登場！

日時 5/18(土)・19(日) 10:00～17:00
(19日のみ物販は16:00まで)

オリジナルマグカップorバッグプレゼント！
光の広場催事会場、空の広場イベント会場にて1店舗2,000円（税込・合算不可）以上お買上げでオリジナルコットンバッグ（先着500個）を、1店舗10,000円（税込・合算不可）以上お買上げでさらにオリジナルマグカップ（先着100個）を1個プレゼント！
※なくなり次第終了いたします。

土・日限定で対象のセレクト&アウトドアショップがおトク！

普段使いはもちろん、キャンプやフェスでも使える。人気ブランドの夏物新作をおトクにお買物♪三井ショッピングパークカード《セゾン》でのクレジット払いなら100円（税抜）につき5ポイント、現金・その他のお支払いで100円（税抜）につき4ポイントに！！

期間 5/18(土)・19(日)・25(土)・26(日)

左記よりさらにポイントがたまるショップも！

ポイントアップデー
対象店舗など詳細はコチラ

OUTDOOR PARK
うれしい！おいしい！たのしい！アウトドアまるごと万博記念公園に大集合！
5/18(土)・19(日)アウトドアパークも同時開催！
詳細はコチラ

＼ゴールデンウィークはイベント盛りだくさん！／

「カルピス」じゃぐち in 大阪
～「カルピス」100周年 人を想う記念日ACTION！～

子どもたちをお祝いする「カルピス」じゃぐちが大阪にやってきます。特設サイト上で集められた子どもたちへのお祝いのメッセージが、1杯の「カルピス」に変わって蛇口から出てくる「カルピス」じゃぐち。会場では、じゃぐち君とお話しながら「カルピス」が飲めます。巨大バルーンと写真撮影もできます。
※小学生以下であればどなたでも無料でご参加いただけます。

人を想う記念日ACTION!

日 時 5/5(日・祝)～6(月・休) 10:00～17:00
場 所 ららぽーとEXPOCITY
問合先 アサヒ飲料株式会社 お客様相談室 0120-328-124
「カルピス」100周年WEBサイト https://www.calpis100th.jp/
「カルピス」じゃぐちWEBサイト https://www.calpis100th.jp/jyaguchi

LEGO PARK 2019
きて、つくって、あそんで！

詳細はコチラをチェック

レゴ®パークがやってくる！
30万個のレゴブロックの中に入ってあそべるメガレゴプールなど、いろいろなレゴ体験をたのしもう。

日 時 4/27(土)～30(火・休) 10:00～18:00(17:30最終受付)
場 所 ららぽーとEXPOCITY 1F 光の広場

ららぽーとの館内各所にてオリジナルイベントも！

レゴ®ミニフィグラリー
館内のラリーポイントでパーツをあつめて、みんなでレゴ®ミニフィグを完成させよう。

参加費無料

日 時 5/2(木・休)～6(月・休) 10:00～18:00
受付場所 ららぽーとEXPOCITY 3F EXPOCITY Lab
定員 各日先着1,500名様 **対象年齢** 4歳以上
※期間中、ご参加はお一人様1回限りとなります。※ラリーシートはなくなり次第終了となります。

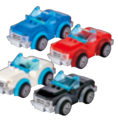
レゴ®モザイクウォール
みんなの「大好き」をあつめて、世界にひとつだけのレゴ®モザイクウォールを完成させよう！

参加費無料

日 時 5/2(木・休) 10:30～15:30
場 所 ららぽーとEXPOCITY 3F EXPOCITY Lab
定員 各回先着20名様 **対象年齢** 4歳以上
※準備時間を含む30分ごとの入れ替え制となります。※展示は5/6(月・休)までとなります。
※当日9:30より空の広場にて各回の整理券を配布いたします。
※10:30以降は3F EXPOCITY Labにて整理券を配布いたします。

レゴ®ワークショップ キッズクラブ アプリ会員限定
レゴ®ブロックをつかって、オリジナルデザインのクルマをつくろう！

参加費無料



日 時 5/3(金・祝) 11:00～、13:00～、14:00～、15:00～
場 所 ららぽーとEXPOCITY 3F EXPOCITY Lab
定員 キッズクラブアプリ会員限定 各回先着25名様 **対象年齢** 4歳～小学生
※当日9:30より空の広場にて各回の整理券を配布いたします。
※10:30以降は3F EXPOCITY Labにて整理券を配布いたします。
※クルマのカラーは抽選となりますので、お選びいただくことはできません。

レゴ®3Dモデル展示
レゴ®ブロックでつくられた大きな3Dモデルが、館内に登場！

日 時 5/2(木・休)～6(月・休)
場 所 ららぽーとEXPOCITY 3F EXPOCITY Lab
※画像はイメージです。

ママの喜ぶ顔が見たいね！

感謝の気持ちを伝えよう！

母の日おすすめギフト

となりのトトロ エプロン トトロ(3,240円)
トトロたちが勢揃いした可愛いデザインのエプロン。ポケット付きでとっても便利です。お料理好きの方へのプレゼントにもおすすめです。

となりのトトロ "葉っぱあつめ" プランターカバー＆造花ギフト(5,940円)※プランターカバー4,536円、造花 1,404円
色とりどりの葉っぱを詰め込んで、みんなで一所懸命運んでいる姿がかわいらしいプランターカバーです。

どんぐり共和国
ららぽーとEXPOCITY 3F
06-4860-6496

© Studio Ghibli

タスカリネン(31,320円)
使い勝手のよいポケットを多く配し、安心のファスナー仕様のバッグ。麻×牛革を使用した、シワになりにくく自立した上品な佇まいが魅力。

サニーバッグ(27,000円)
しっかりとしたハリとコシのあるキャンバス生地は、綿100%。国産帆布の名産地・倉敷で昔ながらの製法で織られたもので、使い込むほどにやわらかくなり、愛着が深まるエイジングを楽しめる。

3/16(土) OPEN

genten〈ゲンテン〉
ららぽーとEXPOCITY 2F
06-6816-1101

ともに数量限定ギフト！

サイケデリケイトベイシング(4,350円)
バスタイムがとびきり楽しくなる4種類のバスボム(入浴剤)が入ったギフトセット。

ハッピーマザーズディ(8,300円)
全身をケアしてくれる魅惑的なご褒美アイテムが8つ入ったギフトで、心安らぐバスタイムと贅沢なシャワータイムに。

LUSH〈ラッシュ〉
ららぽーとEXPOCITY 3F
06-4864-2239

フラワーハーバリウム(各色2,500円)、フラワーハーバリウムミニ(各色1,800円)
※ともにピンク・ブルー・イエローの3色展開

花言葉で、"感謝"を表す「かすみ草」と"愛情"を表す「バラ」のドライ・プリザーブドフラワーを使用したハーバリウム。感謝の気持ちを伝えるのに最適なギフト。

日比谷花壇とのコラボアイテム！

Afternoon Tea HOME&LIVING
〈アフタヌーンティー ホームアンドリビング〉
ららぽーとEXPOCITY 1F 06-4860-6347

5/10(金)～12(日)の3日間限定！！

フラワーショップ《Be Five Ten》と《Champs de fleurs》のコラボショップがオープンします。

5/12(日)の母の日にぴったりのフラワーギフトをご用意してお待ちしています！！

取り扱い商品
生花(アレンジメント・花束)、鉢物、ドライフラワー、プリザーブドフラワー、ハーバリウム、その他アクセサリーやインテリア小物などもご用意しております。
日 時 5/10(金)～12(日) 10:00～20:00
場 所 ららぽーとEXPOCITY 1F ギャレット ポップコーン ショップス®前
優 待 駐車サービス、クレジット不可、現金のみ

空広フェスタ フラワー＆ハーブマーケット
生花販売やハーブ、アロマ体験などワクワクがいっぱい！
期 間 5/11(土)・12(日) **場 所** EXPOCITY 空の広場

NEW OPEN SHOPに注目

スーモカウンター 4/13(土) OPEN
【住まい探しの無料講座・相談サービス】
ららぽーとEXPOCITY 3F

家づくり予算の立て方、つまずきやすいポイントを、専任アドバイザーが解説しながら、家づくりをサポート。ご要望に合った建築会社もご紹介。サービスは全て無料です。

ABstore〈エービーストアー〉 4/26(金) OPEN
【スマートフォンアクセサリー】
ららぽーとEXPOCITY 3F

アイテム数5,000種以上を誇るスマートフォンアクセサリー専門店。本革手帳ケース等、他にはないアイテムをはじめ、各キャリアのスマートフォン機種も豊富に取り揃えております。大人気保護フィルム貼り付けサービスも実施中！

H&M〈エイチアンドエム〉 4/26(金) OPEN
【ウィメンズ・メンズ・キッズ・アクセサリー】
H.L.N.A ZONE 2F

スウェーデン発のファッションブランド。ウィメンズ、メンズ、キッズ、アクセサリーなど幅広い商品ラインナップ。

第21回 &EARTH

衣料支援プロジェクト
～あなたの服で世界に笑顔を～

主催：NPO法人 日本救援衣料センター
協力：三井不動産株式会社／三井不動産商業マネジメント株式会社

ご不用になった衣料品を世界各地の難民、避難民、被災地の人々へ寄贈する活動「&EARTH 衣料支援プロジェクト」を開催いたします。ご家庭で眠っている衣料品をお持ちください。

受付日時
5/25(土)10:00～16:00
受付場所
ららぽーとEXPOCITY 1F 光の広場
詳しくは「&EARTH 衣料支援プロジェクト」のWEBページでご確認ください。

EXPOCITY
吹田市千里万博公園2-1

営業時間 ららぽーとEXPOCITY
10:00～21:00(物販・フードコート・サービス・その他)、
11:00～22:00(EXPO KITCHEN)
※一部店舗、その他エンターテインメント施設は、施設ごとに異なる
問合せ先 06-6170-5590(代表/10:00～18:00)
最新情報はHPをご覧ください
https://mitsui-shopping-park.com/lalaport/expocity/

EXPOCITY magazine
毎月火曜日3回配信中!
https://expocity.comepass.jp
●5/ 7号「夏ネイルと柄コーデのステキな関係」
●5/14号「胸が高鳴る!プレイフルな春キャンプ」
●5/21号「真夏とヘアアレンジのシンクロナイズ」
※タイトルは予告なく変更になる可能性がございます。

EXPOCITY Labでの 開催イベント

fun! fun! EXPO Workshop アソブ! マナブ! ミツケル!

アプリ会員様限定 Mitsui Shopping Park 火曜日開催！

fun!fun! EXPO Workshop
1月から開催場所が、ららぽーとEXPOCITY 3F「EXPOCITY Lab」に変わりました！

5/ 7(火)「母の日に送るハーバリウム作り」
5/14(火)「爽やかナチュラルリース」
5/21(火)「木材を使用したDIY Let's DIY 壁掛け鏡」
5/28(火)「壁掛けWOODプレートアレンジ」

詳細は近日公開予定

EXPO 土曜 Premium

EXPO土曜 Premium
土曜日開催！

暮らしをもっと愉しもう。土曜日は、ご家族でプレミアムワークショップ。男性も楽しめるワークショップや講座、イベントなどをご用意！

5/18(土)「大人の靴磨き教室」

詳細は近日WEBにて公開予定

NIFRELにふれる

Vol.37

大人の感性も刺激する、生きているミュージアム「ニフレル」。色々な目線で見たニフレルを紹介します。
地域ニュースサイト CityLife NEWSからもご覧いただけます。

CityLife NEWS で検索

大型動物担当キュレーター　木村さん

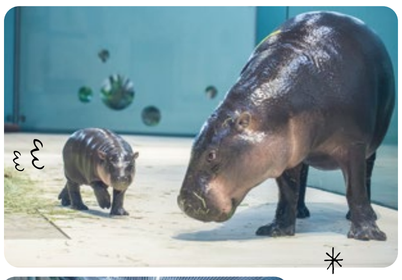
2月21日に誕生したミニカバの赤ちゃん。愛称を募集し、981通の応募の中から選ばれたのは、「タムタム」！そこで今回は、タムタムの成長の様子を、父親のように見守るキュレーター・木村さんに教えてもらいました。

ミニカバの赤ちゃん すくすく成長中

ミニカバは生後3ヵ月までは母乳で育つといわれています。ママのフルフルは、タムタムが飲みやすいように体の向きを変えるなど、授乳に慣れてきたようです。最近のタムタムは餌を食べるフルフルの真似をして、草をパクパクする仕草をするようになりました。排便をチェックすると、色が茶色だったり草の繊維が混じっていることがあるので、もうすぐ餌を食べ始めるようになると思います。

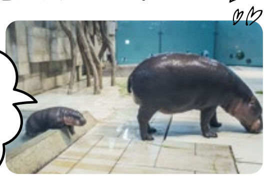
甘えっ子のタムタムは常にママにべったり。ところが少しずつ、離れてお散歩やプールを楽しむ時間もできてきました。でも長く離れていると、フルフルが心配して迎えに行きます。なんとも微笑ましいですね。フルフルの機嫌が悪い時には、タムタムはフルフルが入って来ることができない狭い隙間に避難している様子が見られます。子どもなりに考えて行動しているのだなと感じます。

3月12日からお客様にミニカバの親子をのぞき窓からご覧頂いていますが、窓を徐々に大きく、数も増やして、4月13日からは全ての目隠しを取りはずします。潜る練習をし始めているので、前面のプールを親子で仲良く泳いでいる姿が見られるかもしれません。親子の姿をご覧いただけるのは15時までなので、ぜひ愛くるしいタムタムと子育てを頑張るフルフルの様子を観察してみてください。



ママのお腹の下が好きでよく潜り込むタムタムと、踏まないよう気を遣ってよけるフルフル。

少しずつそれぞれの時間を楽しむように。フルフルは食べるのが大好き！タムタムは温水プールが大好き！



NIFREL〈ニフレル〉
吹田市千里万博公園2-1 EXPOCITY内
営／10時～20時（4/27～5/6は9時～）
年中無休
入館料／
大人（高校生／16歳以上）2,000円
子ども（小・中学生）1,000円
幼児（3歳以上）600円
0570-022060
（ナビダイヤル）

GAMBA NEWS 北摂のJリーグクラブ ガンバ大阪を応援しよう！ ガンバ通信

取材協力／ガンバ大阪　取材・文／CityLife編集部 吉見梨恵

\ 観戦に！普段使いに！ / ガンバ大阪「ブルスパジオ」おすすめグッズ紹介

ガンバ大阪
グッズ・ブランド担当

ブルスパジオはパナソニックスタジアム吹田2階にあり、試合時以外でも楽しめる圧巻のアイテム数を誇るガンバオフィシャルショップ。観戦時に持っておきたいグッズをはじめ、普段使いできる小物類やお土産にピッタリなお菓子まで種類が豊富！ぜひブルスパジオでゲットしよう。

ブルスパジオ
吹田市千里万博公園3-3 パナソニックスタジアム吹田2階
営／9:30～17:30（試合開催日は異なる）
月・木曜定休
06-6875-8558
※5/4（土祝）試合日の営業は9:30～12:00場外から、13:00～17:30場内からのお客様

観戦時に持っておきたいグッズはコレ！

定番のアイテムといえば、タオルマフラー！首に巻いたり、試合開始時に掲げたり、振り回して応援するシーンも。LEDブレスはナイター試合時の光の演出にもなるので、持っておきたいアイテムの一つ。

上▶プレイヤーズタオルマフラー（2,160円）
下▶タオルマフラーたこやき（1,620円）

LEDブレス（600円）

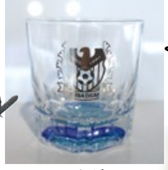
プレイヤーズリストバンド（972円）▶

\ ユニフォーム再販は下記にて！ /
6/22（土）湘南ベルマーレ戦 ブルスパジオ店頭
6/23（日）オンラインショップ

こんなグッズもあるんです！

自慢したくなる格好良いものやクスッと笑えるデザイン、コラボグッズなど、楽しいほどジャンルが豊富。「こんなグッズもあったんだ！」と、新しい発見があるはず。ぜひお気に入りを見つけよう。

Bianchi ミニショルダー（7,992円）



ロックグラス（1,296円）

上▶カトラリーセット（大）（1,404円）
下▶お箸（756円）

左▶たこやき巾着（1,188円）
右上▶たこやきコインケース（1,512円）
右下▶たこやきクッションキーホルダー（1,080円）

\ 併設するミュージアム「ブルストリア」に立ち寄ろう /

ブルスパジオに来たら、ショップ内に併設するミュージアム「ブルストリア」にもぜひ立ち寄ろう。ガンバ大阪歴代選手のプレートや過去に獲得した数々のトロフィーの展示など、ガンバ大阪の歴史を体感できる。選手パネルとの写真撮影もOK！（入場無料）

5月のホームゲーム日程
at パナソニックスタジアム吹田

J1リーグ
5/ 4（土祝）16時 vs FC東京
5/18（土） 19時 vs セレッソ大阪

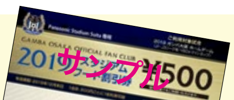
ルヴァン杯
5/ 8（水） 19時 vs 清水エスパルス

J3リーグ
5/ 5（日祝）14時 vs ブラウブリッツ秋田

チケット好評発売中！
詳細・購入は ガンバチケット 検索

GAMBA OSAKA 2019 OFFICIAL FAN CLUB

2019ガンバ大阪 オフィシャルファンクラブ＆ハーフ年間パス募集中！！！



ガンバ大阪では2019シーズンファンクラブ会員を募集しております！！レギュラー会員では年会費3,000円（税込）で**マフラータオルと1試合招待券をプレゼント**しております。ファンクラブ会員に入会すると**ホームゲームチケットが早く安く購入**いただけます。またファンクラブ会員限定イベント**「ファン感謝デー」にもご招待**させていただきます。この機会にファンクラブに入会して、ガンバ大阪を応援しよう！

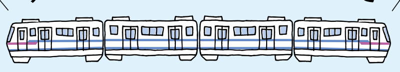
さらに!! **4/20（土）よりハーフ年間パスの受付を開始！！**

ハーフ年間パスを購入していただいた方には**スタジアムフード割引券をプレゼント！！**残り10試合をお楽しみいただくにはハーフ年間パスがオススメです！！

申込期間 ファンクラブのみ：2019/9/16（月・祝）締め切り
ハーフ年間パス（指定席） 2019/4/20（土）～5/12（日）23:59締め切り
ハーフ年間パス（自由席） 2019/4/20（土）～5/19（日）23:59締め切り

詳細はオフィシャルサイトをチェック！ http://www.gamba-osaka.net

大阪モノレールからのお知らせ



モノレール沿線ぶらり 1dayチケット

ファミリーでのお出かけにお得です!!

大阪モノレールでは、毎月第3土曜日にご利用いただけるお得な乗車券を発売します（前売りのみ）。

有効区間 モノレール全線乗り降り自由
発売金額 大人600円、小児200円（大人1枚につき小児2枚まで購入可能）
発売場所 大阪モノレール各駅改札窓口
有効日 5月は 5/18（土）
発売期間 5/11（土）～17（金）

EXPOCITY、ニフレル等、提携施設での当チケット呈示でお得な特典もあります。

詳しくはHPから http://www.osaka-monorail.co.jp/

万博記念公園からのお知らせ

万博記念公園 ローズフェスタ

1970年の大阪万博開催時、世界9カ国から平和を願って贈られたバラたちと、最新のバラを取り入れた"極上の癒し空間"として生まれ変わった「平和のバラ園」。優美なバラの姿はもちろん、豊かな香りもぜひお楽しみください。バラ苗販売、各種体験会、講習会も共催しています。

日時 5/11（土）～6/9（日）
9:30～17:00（入園は16:30まで）
場所 平和のバラ園
問合せ 万博記念公園総合案内所 06-6877-7387

※画像はイメージです。

ABC HOUSING

イベント開催 / 11:00～17:00
※イベント・先着プレゼントへの参加チケットは10:00～配布、1世帯1名様限りとなります。

LaQハカセに学ぶこどもブロック教室

LaQ

LaQハカセから色々なテクニックを学んで、LaQブロックの世界を楽しもう!

4/27(土)
①11:00～
②13:00～
③15:00～
各回24組様
小学生以下限定

LaQブロック展示コーナー
フリーブロックコーナー

© YOSHIRITSU CO.,LTD.

ジェームスがトレインがやってくる!

4/28(日)

© 2019 Gullane (Thomas) Limited.

※当日、混雑状況により早めに受付を終了させていただく場合がありますのでご了承ください

ハローキティ&ウサハナのジョイフルパーティ!

今年45周年を迎えたハローキティも出演!歌や手遊び、ゲーム、ダンスで思いっきり楽しもう!

4/29(月・祝)
①11:00～
②14:00～

©1976, 2001, 2019 SANRIO CO., LTD. APPROVAL No. SP600005

すいぞくかんがやってきた

5/3(金・祝)

水の中の生き物に触って、楽しく学ぼう!ヒトデ等のタッチプールや、360度海中散歩ができるVR体験、水槽展示をご用意しました!

村山輝星(きらり)とみんなで遊ぼう!

5/4(土・祝)
①11:30～
②14:00～

子ども番組でお馴染みのきらりちゃんが登場!笑顔いっぱいのトークとプレゼント抽選会をお楽しみください♪
※抽選会への参加はアンケートへのご記入が必要です

村山輝星(劇団東俳)

タカラトミー おもちゃランド

5/5(日・祝)
200組様

ベイブレードバースト
フリープレイ 11:00～14:00
連勝バトル 14:00～16:00

アニア記念撮影コーナー

※カメラはご持参ください

ぷにデコスクイーズ体験会

※1組様ひとつ作成

フリープレイコーナー

©Hero Morita, BBBProject © TOMY

みんなが大好きな「それいけ!アンパンマン」が登場!!

それいけ!アンパンマン
ふわふわ

5/5(日・祝)

©やなせたかし/フレーベル館・TMS・NTV

圧倒的日常エンターテイメント kajiiミニコンサート

5/6(月・休)
①11:30～
②14:00～

聴いて楽しいのはもちろん、見て楽しい、触れて楽しい、参加型エンターテイメントです。

コンサート終了後、楽器に触れる体験コーナーも

騎士竜戦隊リュウソウジャープレイランド

5/6(月・休)
参加無料

ふわふわリュウソウジャー
ふわふわリュウソウレッド
アカレンジャースライダー
バスケットゴール
わなげ
リュウソウレッド握手会
①11:00～ ②13:00～ ③15:00～

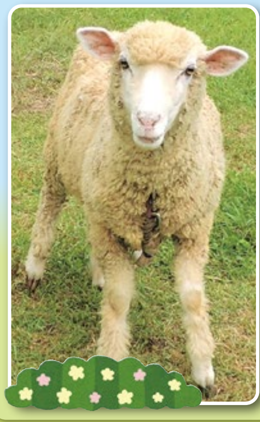
※このイベントはキャラクターショーではありません

©2019 テレビ朝日・東映AG・東映

ふれあい動物園

5/11(土)

かわいい動物や生き物たちが大集合!



※動物の種類は変更になることがあります
※動物取扱業者標識:有限会社ふれあいの里動物村/大阪府茨木市泉原572-1/展示/大阪府登録第79-5号/2016.6.13～2021.6.12/斉藤勝

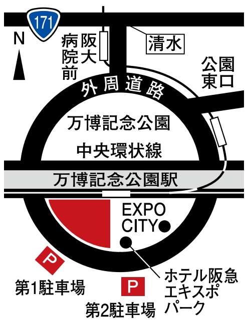
HUGっと!プリキュアのキュアエールがやってくる!

5/12(日)
①11:00～
②13:00～
③15:00～

※このイベントはキャラクターショーではありません
観覧無料

©ABC-A・東映アニメーション

＊「住まいのアンケート」はABCハウジング並びに当会場の出展住宅会社からお客様に対し、住宅購入・暮らしに関する情報等をご案内する目的で取得し利用します。1世帯1名様限り、期間中1回限りとさせていただきます。20歳未満の方はご遠慮ください。※催し物については一部、「住まいのアンケート」にご協力いただいた方が対象です。当日の状況により、内容の変更(または中止)や予定時間前に終了する場合もあります。詳しくは住宅公園受付までお問合せください。※各イベントへの参加は、1世帯1名様限り。なくなり次第終了させていただきます。※掲載写真はいずれもイメージです。



千里住宅公園

大阪モノレール「万博記念公園」駅からすぐ

車でお越しの方は
●万博記念公園外周道路沿い
電車でお越しの方は
●大阪モノレール「万博記念公園」駅下車すぐ

TEL 06-6876-1521

○専用駐車場有り ○開場時間／10:00～18:00
○住宅公園受付は毎週水曜日定休日(祝日は営業)
※水曜日営業のモデルホームもあります。各メーカーへ直接お尋ねください。
主催:朝日放送グループホールディングス ABC開発 朝日新聞社

他にも楽しいイベントが盛りだくさん! イベント&キャンペーンの詳しい情報はホームページで ABCハウジング で検索!

ご来場プレゼント

4/27(土)→5/31(金)
※水曜日を除く(5/1は営業)

期間中、住宅公園受付で「住まいのアンケート*」にお答えください。モデルホームご見学後、ご覧の賞品をプレゼントします。

アウトドアチェア

※いずれかひとつ。
※写真はイメージです。カラーは選べません。

この記事をご持参で! ～プレゼント～

4/27(土)→5/31(金)
※水曜日を除く(5/1は営業)

さらに、この記事をご持参のうえ「住まいのアンケート*」にお答えいただいた方にステキなプレゼントを差し上げます。

美顔ローラー

※写真はイメージです。
※賞品は予告なく変更される場合があります。※賞品は他の情報誌の賞品と重複して受け取ることはできません。※千里住宅公園のみ有効。 CL

ABCハウジング 北摂暮らしフェスタ in千里住宅公園

4/27(土)・28(日)・29(月祝)

11:00~17:00 雨天決行 ※荒天により中止になる場合があります。

4/27(土)・28(日)・29(月・祝)は、北摂の楽しみ方をあらためて見つけられる「北摂暮らしフェスタ」を開催!北摂の美味しい名店や逸品のほか、北摂の自治体7市3町の暮らし情報も。北摂のゆるキャラも登場します!ぜひ、ご家族そろってお越しください!

「住まいのアンケート」にお答えいただいた方に! イベントチケット 500円分をプレゼント ※一部使用できない店舗があります

北摂自治体のゆるキャラが登場!

copain コパン
茨木市
どんぐり帽、編み小物、羊毛フェルト作品 【4/27出店】

ミニチュアログハウス
吹田市
ハンドメイドのミニチュアログハウス(4種類) 【4/27・28出店】

パティスリーモンターニュ
池田市
「大阪もん地玉子」を使用した焼き菓子と、「チキチキスウィーツ」

jenicoとbooworks ジェニコとブーワークス
豊中市
500円おなまえはんこ、糸、けしごむはんこ、糸を使った雑貨など

能勢びより&てっぺん糀工房
能勢町
自然素材の焼き菓子、栗サイダー、糀、栗パスタ、能勢栗ハチミツ

ninazakka になざっか
茨木市
ハンドメイドアクセサリー

HANA ZORI はな ぞーり
池田市
オリジナルぞうり「はなぞうり」「和尚さんだる」

前村食品 まえむらしょくひん
摂津市
鳥飼なす漬物・ジャム・あめ・肉まん・チマキ・ミンチカツ・大阪もん漬物

高栄畳店 こうえいたたみてん
高槻市
ミニ畳とくるみぼたん作り体験ワークショップ 【4/28出店】

べじたぶるぱーく
能勢町
ジャム、ピクルス、ハーブティー、ハーブソルトなど 【4/28・29出店】

Ceramic studio セラミック スタジオ
能勢町
動物モチーフの陶磁器 【4/29出店】

イタリアンローストコーヒー Nena Nena ESPRESSO
茨木市
イタリアで焙煎されたコーヒーをイタリア製エスプレッソマシンで提供 【4/29出店】

池カラショップ
池田市
チキンラーメンを衣にした唐揚げ「池カラ」と、コロッケ「チキコロ」

for ZERO フォー ゼロ
箕面市
ブレスレットづくりワークショップ、ペット関連商品、雑貨など 【4/28・29出店】

gincot ギンコット
摂津市
がまロバッグ、がまロポシェット、がまロポーチなど

桜川サイダー
能勢町
桜川サイダー、チョコサイダー、ラフランスサイダー、ジンジャエール

アマゾンカムカム
豊中市
スーパーフルーツ「カムカム」ドリンクほか、カムカム商品

いんやん倶楽部
吹田市
梅醤番茶、本葛あめ、ドレッシング、ふりかけ、書籍、歯磨き粉 【4/27・28出店】

おやこで、かぞくで、GWをたのしもう!!

Kids Festa FAMILY HOLIDAY

ABCハウジング 千里住宅公園

5/3(金・祝) 4(土・祝) 10:00-17:00 入場無料 雨天決行 ※荒天により中止になる場合があります。

「住まいのアンケート」にお答えいただいた方に! イベントチケット 500円分をプレゼント

5/3(金・祝)・4(土・祝)の2日間は「Kids Festa(キッズフェスタ)」を開催! イベントハウスでは、親子でたっぷり楽しめる親子ワークショップ、園内にはキッズアクセサリーなど手づくり雑貨が盛りだくさん。音楽キャラバンもやってきます! この機会に千里住宅公園でたっぷり楽しんでください!

※5/5(日・祝)・6(月・休)も引き続き出展するグルメ店もあります。
※下記 WS=ワークショップ

もふもふ♪モスペット
もふもふ♪モスペット
[参加費用]1,400円 [時間]約30分 [対象年齢]5歳~ 5/3・4
カラフルな苔玉に、手足やお顔を付けて育てるオリジナル植物ペット「モスペット」を作りましょう!

ハーバリウムワークショップ
Arhy.k
[参加費用]700円 [時間]約20分~ [対象年齢]3歳~ 5/3・4
お好きな花材を選んで、オリジナルのハーバリウムをつくりましょう。親子で一緒につくれます。

オリジナルステンシルマグネット オリジナル鍋敷き
木工雑貨tonton
[参加費用] 5/3・4
マグネットクリップ150円、鍋敷き500円
[時間]約20分 [対象年齢]2歳~
お好きなスタンプやステンシルをして、自分だけのオリジナルマグネットをつくりしょう。クリップにもなります!鍋敷きのワークショップもご用意しています。

世界で1つのスイーツデコを作ろう!
スイーツデコリリィ
[参加費用]600円~ [時間]約15分 [対象年齢]2歳~ 5/3
本物より可愛いを目指してパーツを手作りしています。鏡や小物入れ等、約10種類ある土台にデコレーションが出来ます。パーツは約300種類。

Amulette 5/3
●WS 絵本の影絵ハーバリウム作り
●物販 ハーバリウムボールペン、花を使ったアクセサリー

tokotokoanyo 5/4
●WS ステンドグラステデコと、フェイクグリーンを植えて作る雑貨
●物販 フェイクグリーンを使用した雑貨やハーバリウム

kokoaru 5/3・4
●WS 販売:ミニ盆栽、多肉植物の寄せ植え、多肉植物の苗

branchu 5/3
●WS ドライフラワー中心のスワッグ、花束、リース、アレンジメント、ハーバリウム
●物販 木製スプーン、フォークなどのカトラリー

PUPPET座 5/3・4
●WS 羊毛のワークショップ
●物販 羊毛フェルトの雑貨、アクセサリー、バッグなど

Birthday 5/3・4
●WS 木工パズル
●物販 木工雑貨

手作りのお店 ぴえろっと 5/3・4
●物販 フェルトのおままごと・マスク

羊毛フェルト もりゆ 5/3・4
●物販 ハンドメイドのヘアゴム、ヘアピン、ぱっちんどめ、がまぐち、ブローチ・コサージュ

ふく 5/3・4
●物販 似顔絵、イラスト、雑貨

NOANOA CHALKART WORKS 5/3・4
●WS●物販 オイルパステルでブラックボードに描くチョークアートのミニ作品販売とワークショップ

こんぶ工房* 5/3・4
●物販 ハンドメイドアクセサリー、イヤリング、ピアス、ネックレス動物ぱんぱんのブローチ、バッグチャーム、布小物

Panie 5/3・4
●物販 手作り雑貨・セレクト雑貨

kukka 5/3・4
●WS 好きなお花で花冠を作ってもらうワークショップを開催します。
●物販 生花(切花、ミニブーケ)・リース、スワッグ・ミニ花瓶

8710.LOVE 5/5・6
バナナジュース、チョコバナナジュース

焼き鳥渡鳥 5/5・6
吹田クワイを衣にまぶした唐揚げなど、大阪伝統野菜に拘った商品

AMMY 5/3・4 5/5・6
カレー・ナン・チーズナン・チョコナン・タンドリーチキン・チキンティッカ

京都ダイコクバーガー 5/3・4 5/5・6
ハンバーガー、フライドポテト、チキンナゲット、エビカツ

yum yum journey 5/3・4 5/5・6
ささみスティック(ささみを揚げたもの)他

べいく堂 5/3・4 5/5・6
メロンパン、チョコパイ、スィートポテトパイ、アップルパイ、メロンパンラスク

北新地Chief 5/5・6
手作りハンバーグステーキ、黒毛和牛の焼肉、牛肉コロッケ、フライドポテト

GRAND 5/3・4 5/6
パン、ラスク、スコーン、蜂蜜、ココナッツオイル、ジュース

カフェバス 5/3 5/6
限定コッペサンドボックス・コーヒーの販売。

LIVE
公園内を歩く楽しい音楽パレードです!
① 11:30~
② 13:00~
③ 14:30~

5/3 モリオカルテット

5/4 スカリリッシュTRIO

会場までのアクセスは右ページを参照ください▶

こんな うやむや撃退

- むくみか脂肪かわからない
- 何をしても痩せない…
- 自分に合うものがわからず放置

スッキリ

「極温ゲルマデトックスダイエット＋痩身モンスター」

むくみも脂肪も一層できて結果が分かりやすいメニュー。発汗とゲルマニウムの働きで新陳代謝を上げながら手技で老廃物を流し、痩身モンスターで上半身か下半身の気になる脂肪を徹底的にやっつける！

創業37周年キャンペーン実施 本気メニューで「痩せる」を実感

「こんなにしてくれるの？」と内容の濃い2つのメニューが今月限定価格で受けられる。まずは40分間ゲルマで身体を芯から温め大量発汗。首筋、ヘッド、デコルテ、背中、二の腕を手技で入念にトリートメントをして脂肪と老廃物をじゃんじゃん流しながら骨盤と筋肉を調整をするので、肩こり・腰痛なども改善。さらに痩身モンスターで気になる脂肪を集中攻撃！ダイエットコンテスト準優勝を受賞している確かな技術を持つファニービーに頼って。

http://www.funny-bee.jp/
ゲストの喜びの声はHPに掲載！

1.ゲルマの効果はなんとフルマラソン完走に匹敵する1800カロリー消費！ 2.痩身モンスターは骨周りの細かい脂肪から深部の分厚い脂肪まで広範囲に溶かすことが可能。吸引と同時にEMS（筋肉運動を促す）でアプローチできるすごいマシン！ 3.施術2ヵ月半で-13.5kgに成功したゲストのN.Rさん。施術前はHPでチェックして。

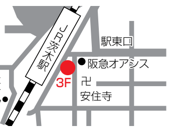
［ 吹田・茨木・高槻 ］
医療機関提携サロン ファニービー

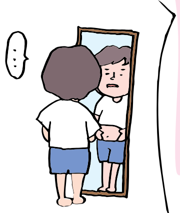
特典 「シティライフを見た」で
極温ゲルマデトックスダイエット＋痩身モンスター
37周年特別価格…3,700円（先着5名限定）

■吹田店 06-6386-0013
吹田市片山町1-6-23
グランロゼビル2F
JR吹田駅東出口から徒歩1分
営／月曜～金曜11時～20時
　土曜・祝日10時～18時
日曜定休　Pあり

■高槻店 072-672-5520

■茨木本店 072-645-1107
茨木市西中条町1-1
ハタセVIビル3F
JR茨木駅から徒歩1分
営／月曜～金曜11時～20時
　土曜・祝日10時～18時
日曜定休　Pあり





その うやむや
なかったことに
スッキリ Beauty

ぽっこりお腹、むくみ、たるみ、なんだか全身スッキリしない。
鏡を見るのが怖いし、体重計に乗りたくない。
そんなこと言ってられません！！現実から逃げずに早めにしっかり対策しておかなきゃ、もっと取り返しのつかないことになるかも。
ビューティサロンに頼って、体も肌も気持ちもスッキリしちゃいましょう！

「軽い結果ではダメ」なら 求める期待に応えるアンマン

年齢を重ねて様々な悩みを抱えるようになると、気休めのエステでは物足りない！アンマンはどんな悩みにも応えて結果を出しているのでリピートや紹介が多い。「友人が綺麗になったので聞いたらアンマンを教えてくれた。私も友人みたいに綺麗になりたい！」と紹介の連鎖には根拠がある。

全ての悩みを細胞レベルで改善するメニューで顔の印象がぐんと変わる。

こんな うやむや撃退

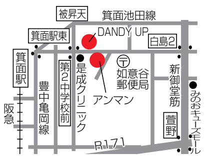
- 以前の服やメイクが似合わなくなった…
- 顔のパーツ全体が下がった…

スッキリ

「光フェイシャル」
「小顔リフトアップフェイシャル」

くすみが定着した古い肌を捨ててトーンアップ。肌に負担のないフォトで、白く透明感のある生まれたての肌にリセット！さらに降下したまぶた・口角・フェイスラインを引き上げて若い頃の顔を手に入れる！

［ 箕面 ］
トータルビューティサロン サロン・ド・アンマン
美容情報を▶チェック！
箕面市如意谷1-6-4
営／10時～20時
予約制 無休 Pあり
072-722-2411
ダンディアップ
072-725-3660



特典 「シティライフを見た」で
- 光フェイシャル（シミがポロっと落ちる感激！）…………3,000円
- 小顔リフトアップフェイシャル（顔全体のリフティングケアで"上がる"が続く）…………3,000円
- リアルリフトフェイシャル（小顔リフトアップフェイシャル+光フェイシャル）…………8,000円
- ダンディアップ無痛ひげ脱毛、お腹痩せ…………各5,000円

（5月末まで、要予約、新規の方のみ）※税別価格

見た目年齢が劇的に変わる 目の下の切らないたるみ取り

急に老け込んだ…その原因は目元にあり！目の下のふくらみ・瞼のたるみ・目尻のシワに悩む貴方におすすめのプルメリア。目元に特化したメニューが人気で、口コミで評判が広まっている。一番人気の「目の下のたるみ解消コース」がトライアル2,000円、「改善アンチエイジングコース」が3,580円とお得にうけられる！

こんな うやむや撃退

- 目の下にできたいやなふくらみが気になる…

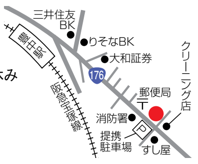
スッキリ

「目の下のたるみ解消コース」

BRBトリートメントで目の下にたまった脂肪を撃退。今まで注射でしか届けられなかったコラーゲン・ヒアルロン酸を独自システムで深層にまで届け、肌質を改善。しわ・しみ・たるみを徹底ケア！

左）この道15年以上のベテラン加藤さん。「今まで受けたことないほど気持ちいい！」とマッサージ通も唸る技術力。
右）実は顔にも影響を与える肩甲骨の歪み。背中から歪みを改善するアンチエイジングコースも人気。

［ 豊中 ］
プルメリア
豊中市岡上の町4-1-7 パヴィヨン602
営／9時半～18時（最終受付17時）
不定休 ※GWは5/3（金）・4（土）・5（日）休み
070-5340-5168（予約専用）
06-6849-8786
http://plumeriasalon.com



特典 「シティライフを見た」で
- 目の下のたるみ解消コース（クレンジング、ウォッシング、デコルテ、BRBトリートメント、コラーゲン導入、マッサージ、マイクロカレントトリートメント、ビタミンパック、お仕上げ）…………トライアル2,000円
- 改善アンチエイジングコース初回3,580円

（5月末まで・初回限定）

ダイエット・骨盤矯正・セルライト 整体×エステでリンパを改善

隠れ家的サロンながら「結果重視」と口コミが広まり、夏前には40代50代を中心に幅広い客層が訪れる同店。体重を落とすだけでなく、リンパの流れを良くし代謝をアップさせることでリバウンドしにくい痩せ体質へと導いてくれる。毎月、施術回数も変更できムリなく通えるから安心！

こんな うやむや撃退

- 太い腕、大きな背中、お腹が目立つ

スッキリ

「全身コース」

ウェストはもちろん、背中の脂肪やはみ肉、二の腕のたるみなど気になる部分を徹底的に！吸引・ローラー・マッサージで脂肪を柔らかくし効果的に流すからセルライトなどの悩みにアプローチ。

1.初回からムダな時間を省き施術に時間をしっかり割いて結果にこだわってくれる。セルライトはメディセルで分解、除去。 2.筋膜の癒着をはがし、肩こり腰痛にも効果あり。 3.お子さまのお預かりもOK。

［ 吹田 ］
ヘルシースリム Juu〈十全美容整体院併設〉
吹田市五月が丘北1-15
ベストレジデンス南千里4F
（亥子谷バス停降りてすぐ）
営／10時～20時（受付19時まで）
※完全予約制　日祝定休
06-6816-7897
ヘルシースリムJuu で検索

特典 「シティライフを見た」で
- くびれウエストコース……21,600円（4回）
- 美脚・ヒップアップコース…31,200円（4回）
- 全身コース…………38,400円（4回）
- 1回体験（上半身or下半身）…3,900円

（5月末まで・要予約・新規以外も可）

「1度でもこんなに細く？」 年齢で諦めずに試す価値あり

春は代謝が下がりやすく、脚の冷えを見落としがち。寒暖差によってより一層浮腫みやすく、太る原因になりやすいので要注意！スッキリボディを手に入れるには、浮腫みを取り、溜め込まない体質改善が必要。第二の心臓と言われるふくらはぎからお尻までしっかり引き締めデトックスをして、夏までにスラッと美脚を目指そう！

こんな うやむや撃退

- 数年前のズボンがはけなくなった

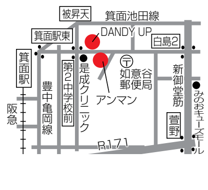
スッキリ

「浮腫みセルライトスッキリ美脚小尻コース」

冷えて増殖したガチガチのセルライトも、奥まで見逃さず徹底的につぶすのがアンマンの技！1回でもサイズダウンの効果を感じるゲストが多いのでぜひお試しを。

脂肪細胞を死滅させる「キャビテーション×ラジオ波×4種の吸引」のトリプルアプローチで即効性と持続性を両立。

［ 箕面 ］
トータルビューティサロン サロン・ド・アンマン
箕面市如意谷1-6-4
営／10時～20時
予約制 無休 Pあり
072-722-2411
ダンディアップ
072-725-3660
▲美容情報をチェック！



特典 「シティライフを見た」で
- 美脚小尻コース…………3,000円
- 脂肪溶解くびれコース…………3,000円
- 二の腕・背中コース…………3,000円
- ダンディアップ無痛ひげ脱毛、おなか痩せ…………各5,000円

※税別価格（5月末まで、要予約、新規の方のみ）

まだ剃刀続けますか？
今年の夏は自己処理なしにしましょう！

痛くない脱毛
私でも大丈夫

特別限定キャンペーン
シティライフ読者限定
Aコース ひざ下（ひざ含む）、ひじ下、ワキ、鼻下 各12回コース
キャンペーン価格 160,000円
シティライフ読者限定
顔＆全身12回脱毛コース（VIO別）
キャンペーン価格 300,000円
※5月末までにご予約の方、この記事持参の方

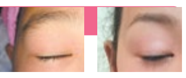
施術メニュー

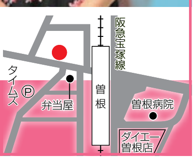
ワキ	4回	¥8,800
鼻下	4回	¥8,800
Vライン	12回	¥30,000
ひじ下	12回	¥60,000
ひざ下	12回	¥78,000

※12回コースは5年間、4回コースは1年間回数保証※料金は税別価格 ※勧誘もなく明記料金以外一切不要

当店ではハイパースキン脱毛を導入しています。
ハイパースキン脱毛は1回の施術で脱毛効果を実感できます。また美肌効果も非常に高いため自己処理不要になると同時に、気になる毛穴や色素沈着などもキレイにケアされ見違えるようなツルすべ素肌を手に入れることができます。

お顔脱毛で目元美人！
眉まわり 8,800円/4回
お顔全体 22,000円/4回


Before　After



安心のドクターサポート認定サロン 脱毛専門BBB豊中店 【要予約】06-6858-0817
営業時間／10:00～19:00　定休日／毎週火曜、第2・第4水曜　阪急「曽根」駅改札でて左へ30秒

こんな うやむや撃退

- 小顔になりたい…
- 顔のたるみやむくみが気になる…
- しわやほうれい線が目立つ…
- 肌の血色が悪くハリもない…

スッキリ

「造顔マッサージ®（60分）」

通常9,720円→シティライフ限定価格 60分 4,860円（5月末まで）

「別人みたい!」「顔が小さくなった!」の声が続々の「造顔マッサージ®」。田中宥久子先生から受け継ぐ数種類のハンドマッサージで、ストレスや首・肩のコリ、噛みグセなどで硬くなった顔の筋肉に働きかけ、老廃物を静脈やリンパに流し込む。同時に肩や首のコリ、目やあごの疲れも改善する正規継承サロングランモアのスゴ技を体感して。

1 クレンジングでしっかり汚れを落とし、肌を清潔にして調子を整える。

2 ほうれい線の原因になる脂肪や老廃物に働きかけ。座って行うから血流やリンパの流れが3倍アップするそう。

3 圧を加え、潰した脂肪や老廃物をリンパに流して排出。脂肪や老廃物が溜まっている人ほど「イタ気持ちいい」の声。引き上がった目元や口元、一回り小さくなった輪郭に驚き。

4 筋肉まで刺激して肌の内側から活性化。透明感とハリが蘇り、肌質も変わる感じ！

5 オリジナルの化粧品で、十分に保湿して小顔美人の完成。肌の若返りを体感！

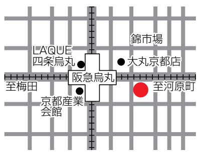
「造顔マッサージ®」正規継承サロンで 小顔に手応え&たるみ・しわ・ほうれい線も改善

たるみやしわなど、老け要因を引き起こす理由のひとつが、血流やリンパの滞りなのだとか。それを改善し、小顔効果も期待できるのが世界的な美容家・田中宥久子先生開発の「造顔マッサージ®」。オールハンドのお手入れによって、老廃物が溜まりやすい目の周りや小鼻の横、頬骨付近を中心に皮膚表面ばかりか筋肉にも働きかけ、デトックス&肌質改善。1回でもフェイスラインや目元、目鼻立ちがスッキリして、ハリが復活。しかも"ぐぐっ""ぎゅっー""じわっー"とイタ気持ちいい～圧は、やみつきになりそう！若々しい素顔に向けて、ぜひお試しを。

［梅田・京都］**Gran More**〈グランモア〉 営／11時～20時 http://www.granmore.co.jp グランモア で検索

梅田店
0120-068-345
大阪市北区茶屋町1-27
ABC-MART梅田ビル7F
JR「大阪」駅より徒歩6分、
阪急「梅田」駅より徒歩1分

エッセンスプラス京都店
0120-936-371
京都市下京区四条通堺町
西入立売中之町92
Aoki Bldg 6F
阪急京都線「烏丸」駅、
地下鉄烏丸線「四条」駅の
15番出口から徒歩5分



田中宥久子 考案
『造顔マッサージ®』の
結果はこちらを
チェック!

特典
「シティライフを見た」で
造顔マッサージ®体験 初回限定 60分コース
…9,720円→4,860円（シティライフ限定価格）
※造顔マッサージ®とはオールハンドで行う
「小顔トリートメント」のことです。（商標登録取得済）
※カード支払可
（要予約・新規の方のみ・5月末まで）

「絶対効果を感じたい」という方へ 痛みも剥離もナシ、漢方ピーリング

古民家をリノベーションした癒し空間で「山田さんに頼れば大丈夫」と多くの女性から人気のサロン。オーナー山田さんはエステ歴25年以上の腕前！今回オススメする「漢方ハーブピーリング」は伝統医学で使われている天然成分であり、どんな肌質でも使える漢方ハーブ。特許取得の技術により成分を細かくし皮膚へ浸透させることに成功、痛くない。過去にハーブピーリングをして痛かったという人にもおすすめ。「韓国女優の肌みたいに綺麗になっている！」とは70代の方の声。またより即効性を感じたい方には最高峰のハーブピーリング「fc-Pro1」※を。

※fc-Pro1はダウンタイムあり、実際は2日から5日目で剥離が無くなり6日から7日で美肌に向かう、肌質によってはできない場合もあり。

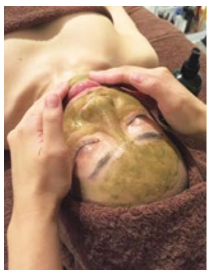
こんな うやむや撃退

- 素肌に悩みがありまくる…

スッキリ

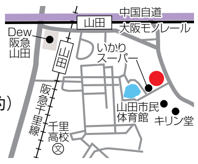
「漢方ハーブピーリング」

「シミ・シワ・タルミ・にきび・敏感肌・毛穴の開き」などあらゆる肌悩みに、どんな肌質の方でもOKの肌に優しいピーリング。FDA認可取得、漢方（スギナ葉・ブクリョウ・カイコ・ドクダミ・ハンゲショウ葉・根エキス・イオウ）、特許取得（成分を細かくし皮膚へ浸透させることに成功）



施術中の気持ちよさで思わずウトウト…!漢方ハーブピーリングは痛み・剥離ナシ、施術後すぐに化粧OK!気楽にできるピーリングとしてオススメ。

［吹田］
私のサロン
吹田市山田西4-16-5
営／10時～19時（要予約）
日・祝定休 5/3～5/6休
06-6875-1577



Menu
- 漢方ハーブピーリング……………………初回 10,000円
- fc-Pro1 ………………………………… 初回 30,000円

特典
「シティライフを見た」で最新ビタミンC導入体ローション(APPS)1,200円プレゼント（5月末まで）全て税抜き表記

濃密でていねいな贅沢時間を 60分2,160円で叶える感動肌

4月～5月は紫外線が盛んになる時期。ちょっとしたシワや日焼けしたかもと思ったら早めの対策を。深田恭子さんのCMでもおなじみの同店。11ものステップで、セルフケアでは落とせない毛穴の汚れや黒ずみも改善し、潤いを与えてくれる。さらにデコルテのケアもうれしいポイント。

こんな うやむや撃退

- 日差しが気になる

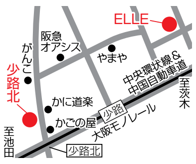
スッキリ

「パックホワイトメニュー」

外出が増え、紫外線だけでなく乾燥、黄砂でもダメージを受ける肌。オプションのパックホワイトメニューならダメージ肌をケアし、顔が自然な明るさに。

左）肌の汚れを吸引、自宅ケアでは落ちないような毛穴に詰まった皮脂もスッキリ。リンパの流れも促されむくみも改善。
右）デコルテから顔全体を美肌マッサージ。フェイスラインがスッキリするのを体感できる。

［豊中］
メナードフェイシャルサロン少路北 豊中市桜の町6-10-3 3階 Pあり
06-6868-9466（担当:大喜多）
メナードフェイシャルサロンELLE 豊中市緑丘1-28-8 Pあり
06-6854-8638（担当:中島）
営／9時～19時 不定休（時間外要相談）



特典
「シティライフを見た」で
フェイシャルエステ
スタンダードコース50分（イルネージュ使用）
6,480円+パックホワイトメニュー1,080円
通常ビジター価格7,560円
→初回お試し2,160円
（5月末まで・完全予約制・他券併用不可）

編集後記

今月号からFM COCOLOとのコラボ企画がスタートしました。阪神・淡路大震災をきっかけに外国人への情報提供メディアとしてスタートした同局。FM802が運営する現在も一部外国人に向けた番組があります。ちなみに802は若年層、COCOLOは中年層をターゲットとし、本紙でも懐かしの名曲がチョイスされています。（P.32 コサオ）

5歳の甥はとにかく走り回るのが大好きです。走り回れない場所なら踊っています。その熱量を活かすべく運動できる習い事を探しているそうです。巻頭では子どもの運動系の特集をしています。子どもの運動は成長にとてもいいことらしいですね。（くろ）

GWは屋久島へ縄文杉を見に行く予定です。往復10時間もかかるコースらしく、日ごろ運動不足な私は今から心配です。ということで、先日試しに4駅分ほど歩いてみたのですが、足の付け根が痛い…。すぐ電車に切り替えました。本番は屋久島パワーと私の（あるかわからない）ポテンシャルに期待しようと思います。（まゆう）

P.8のジェットやP.17のEXPOCITYpressの取材をしていて、アウトドア・レジャーシーズンだなーと実感。あれもこれも欲しくなりました。今年こそはこだわりのアウトドアアイテムを揃えて、あちこち出かけようかしら。（何事も形から入るタイプのよしみん）

From CityLife CityLife 読者モデル募集中

情報紙CityLifeでは、グルメ・美容・レジャーなど読者モデルとして実際に体験していただける方を募集しています。ご応募お待ちしております。

［応募方法］下記URLかQRコードより
エントリーください。
https://goo.gl/WE7u31
※ご依頼の際は編集部より改めて連絡いたします。

\ Hair Care /

大人の髪悩み解決

北摂のおすすめ ヘアサロン

髪やせ、パサつき、ボリュームダウンなど悩みが多く、
スタイルが決まらないのが仕方ないと諦めていませんか?
しっかりとした技術やケアメニューで髪悩みを解決しませんか。

1日3名限定。最初から最後まで一人のスタイリストがすべて担当してくれる。

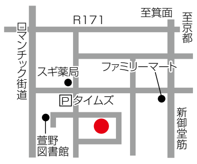
髪と肌に優しいこだわりのケア商品も充実。

閑静な住宅地に佇む 静かなプライベートサロン

1人のスタイリストが完全予約制でやっているので、他のお客さんと出くわさず一人でゆったり過ごせるのが魅力。クセや髪質・骨格などを見極めるカット技術に20年越しのリピーター多数。要望+αの提案で、自分に似合うスタイルを見つけてくれる。ヘアカラーや白髪染めも低刺激で、定期的に染める方も安心！梅雨前には、ナチュラルな仕上がりのソフト縮毛矯正もおすすめ。

STUDIO Gemini〈スタジオジェミニ〉

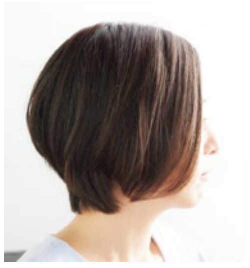
箕面市船場西3-6-43-106　バリューコート壱番館1
受／10時〜17時
※カード不可　※完全予約制
定休：月曜、5/21休み
駐車券提示サービスあり
※店前小型車限定1台P可
☎072-728-1778
スタジオ ジェミニ で検索



特典

「シティライフを見た」で
下記は通常料金の**30〜40%OFF**（全て税別）
- カット+トリートメント……………………**4,500円〜**
- カラー+カット+トリートメント…………**7,500円〜**
- ソフト縮毛矯正+カット+トリートメント ……………………**10,000円〜**（春期限定価格）
- パーマ+カラー+カット+トリートメント ……………………**11,500円〜**（ストレート除く）

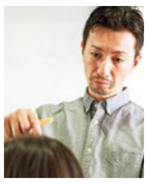
※メンズ可 ※全てシャンプー・ブロー付き
※新規1日3名限定
（要予約・新規の方・5月末まで）さらにhpネット予約でクーポン利用は、ご要望欄に（シティライフ見て）と明記すると
髪質再生トリートメントにグレードアップ！



「この髪型にしてほしい」と予約が多い。

立体的な美しいシルエットは グラデーションカットで創る

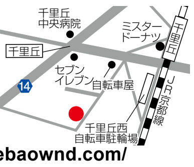
髪のへたりが気になる後頭部はカットでボリュームをもたせるのでシルエットが美しい花野さんの技術。特にショートやミディアムスタイルを得意とし、ゲストからは「美しいスタイルをキープできる」と評判だ。明るいカラーが選べて艶が出る白髪染めも人気なので試してみて。



マンツーマンサロンだから悩みを伝えやすく、丁寧に仕上げてくれる。

SUCRE〈シュクレ〉

摂津市千里丘2-10-3　1F
営／平日10時〜20時
（日祝〜19時）
毎週月曜、第3火曜定休
（予約優先）
☎06-6339-6623
https://sucre-hair.amebaownd.com/



特典

「シティライフを見た」と予約で
- カット+トリートメント…………3,700円→**3,330円**
- カット+カラー+トリートメント 8,200円→**7,000円**
- カット+パーマ+トリートメント 8,200円→**7,000円**

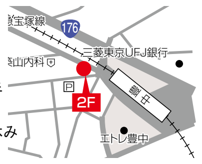
その他単品**全メニュー10%OFF**
※長さの変動なし（新規の方、5月末まで）

「髪に潤いが戻った」と口コミ殺到 カット専門店で話題のパルッキーって?

1,000円（税抜）でカット+ブローができるエンジョブ。価格以上の技術力が評判で、大阪・神戸に5店舗と、勢いのあるカット専門美容室だ。同店で人気の"パルッキー"とは、髪に優しい施術ができる次世代のスチーム機器のこと。湯気の約1/10万という極めて細かい水分子のスチームが傷んだ髪にもぐんぐん浸透し、髪の隅々にまで水分を届ける。パーマがあたりにくい人やカラーの染まりが悪い人におすすめ。「最近髪のパサつきが気になる」という大人女性もぜひ試してみて。

エンジョブ豊中店

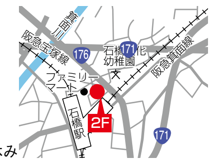
豊中市玉井町1-10-1
ウエダビル2F
営／月曜〜木曜9時半〜18時半
金・土・日・祝9時半〜18時
※全店4/30（火）〜5/3（金）休み
☎06-6854-7008



※阪急豊中駅9番出口すぐ

エンジョブ石橋店

池田市石橋2-2-11 2F
営／月曜9時半〜 14時半、
カラー受付12時、
土日祝9時半〜18時
月曜以外の平日9時半〜17時、
カラー受付14時
火曜定休
※全店4/30（火）〜5/3（金）休み
☎072-762-1121



※阪急石橋駅東出口すぐ

Menu
- カット+ブロー……………………………1,100円〜
- ダブルパルッキー…………………………800円

特典　**この記事持参で新元号記念キャンペーン！**
- カット+（ワンパルッキーorシャンプー）+ブロー ……………………1,600円→**1,000円**

（新元号開始から6月末まで）

シネマ情報

CityLifeシネマ担当（デコジュン&nanako）が選んだおすすめ作品と、近隣劇場の上映スケジュールをお届け。

初恋〜お父さん、チビがいなくなりました　推薦者：デコジュン

5/10（金）公開　梅田ブルク7 他全国ロードショー

©2019西炯子・小学館／「お父さん、チビがいなくなりました」製作委員会

監督：小林聖太郎
出演：倍賞千恵子、藤竜也、市川実日子、星由里子、佐藤流司

結婚して50年、三人の子どもは巣立ち、亭主関白な夫と猫一匹と暮らす有喜子。夫の世話を焼きながらも長年ある想いと寂しさを抱えている。人生を共に歩んできた夫婦が、猫の失踪を機に初めて明かす「真実」。互いに向き合う夫婦に起こる、猫がくれた優しい奇跡の物語。

12か月の未来図　推薦者：nanako

5/3（金・祝）公開　テアトル梅田ほか

©ATELIER DE PRODUCTION - SOMBRERO FILMS -FRANCE 3 CINEMA - 2017

監督・脚本：オリヴィエ・アヤシュ=ヴィダル
出演：ドゥニ・ポダリデス、レア・ドリュッケール

移民の子どもたちの教育機会の不平等などの難題に直面しているフランス。エリート校から郊外の教育底辺校に赴任した教師のフランソワは、両者の違いに戸惑うが、学ぶことの大切さ楽しさを伝え、自信を取り戻させようとする。ニュートラルな視点でユーモアたっぷりに、ともに変化した1年を描く。

※PG12・・・小学生には助言・指導が必要となっております。　※R15+・・・15歳以上の方がご覧になれます。　※R18+・・・18歳以上の方がご覧になれます。

109シネマズ箕面

http://www.109cinemas.net/minoh
［ 箕面市坊島4-1-24　みのおキューズモール内　音声案内 ☎0570-001-109 ］

<今後の上映>
- 中島みゆき『夜会工場VOL.2』劇場版（5/3〜）
- ザ・フォーリナー／復讐者（5/3〜）
- 名探偵ピカチュウ（5/3〜）
- 轢き逃げ（5/10〜）
- 居眠り磐音（5/17〜）
- レプリカズ（5/17〜）
- コンフィデンスマンJP（5/17〜）
- 空母いぶき（5/24〜）
- 貞子（5/24〜）
- 長いお別れ（5/31〜）
- ゴジラ キング・オブ・モンスターズ（5/31〜）

<今月のオススメ>

轢き逃げ

©2019映画「轢き逃げ」製作委員会

空母いぶき

©かわぐちかいじ・惠谷治・小学館／『空母いぶき』フィルムパートナーズ

109シネマズ箕面
鑑賞券をプレゼント
ペア5組

■応募方法
- はがきの場合：〒、住所、氏名、年齢、職業、性別、電話番号を記入し、〒566-0001　大阪府摂津市千里丘1-13-23 CityLifeシネマ『109シネマズ箕面鑑賞招待券プレゼント係』まで
- WEBからの場合：http://present.citylife-new.com/
- 締切：5月20日（はがきは必着）　※個人情報は弊社にて厳重に管理し、鑑賞券発送以外には使用いたしません。※当選結果は発送をもって代えさせて頂きます。

箕面公園いいね！プロジェクト〈イベント案内〉

新緑さわやかな森の昆虫館で、子どももおとなも楽しもう! 学ぼう!

みのおこうえん昆虫館　ゴールデンウィークフェア　4月27日（土）〜5月6日（月・祝）

①館内ラリー「巨大昆虫をさがせ!」

受付でラリーシートをもらったら、館内に展示された巨大（きょだい）な昆虫をさがしてね

期間中毎日／対象▶入館者（※中学生以下の子ども）

②ギャラリートーク

昆虫館のスタッフが日がわりで昆虫や蝶についてお話するよ

〈開催日程〉
・4月27日（土）お話するひと：なかみね館長
・4月29日（月・祝）お話するひと：なかみね館長
・5月 1日（水・祝）お話するひと：しみず副館長
・5月 3日（金・祝）お話するひと：放蝶園 しいくたんとう やまもとさん

時　間▶各日ともに13:30〜14:00
場　所▶館内のどこか
参加費▶無料（入館料は必要です）
※申込み不要

③バックヤードツアー（事前の申込みが必要です）

お休み中の虫たちはどんなふうにすごしてる?そして、どんなお世話をしているのかな?ふだんは入ることのできない飼育室（バックヤード）をごあんないします。

〈開催日程〉
・4月28日（日）　・4月30日（火・休）
・5月2日（木・休）　・5月4日（土・祝）　・5月6日（月・祝）

時　間▶各日ともに13:30〜14:00
定　員▶各日10名（要事前申込・先着順）
対　象▶どなたでも
参加費▶ひとり100円（別途、入館料要）

④サイエンスカフェ（事前の申込みが必要です） ーのぞいてみよう、昆虫の世界ー

もし自分が昆虫の新種を発見したらどうする!?
顕微鏡での観察、スケッチなどでまずは形態の把握、そして昆虫の命名にいたるまでのステップを中峰館長と一緒にワークショップ形式でおこなうサイエンスカフェ

〈開催日時〉5月5日（日・祝）13:30〜14:00
場　所▶昆虫館研修室
定　員▶10名（要事前申込・先着順）
対　象▶中学生以上〜大人
参加費▶ひとり500円（ドリンク、お菓子つき）

※③④のお申込みについて
すでに募集を開始しています。定員に達している場合もありますので、まずは昆虫館ホームページ「ゴールデンウィークフェア」のページでご確認いただくか、下記電話番号までお問合せください。

⑤わいわい広場

アラキ アキヒサ　パフォーマンスショー
大阪を中心に各地で活躍するアラキアキヒサさんによる、アッとおどろくジャグリングパフォーマンス

開催日時▶5月4日（土・祝）、5日（日・祝）
時　間▶各日ともに ①11:30〜、②13:00〜　20分
会　場▶昆虫館まえ　観覧無料

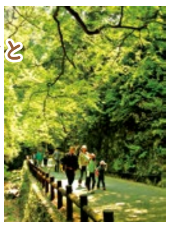
企画展「色あつめ」好評につき5月末まで会期延長！

申込・問合せ　☎072-721-3014（箕面公園管理事務所 9時〜17時）

「箕面の森の音楽会」新緑の森で楽しむ音楽会

出　演▶461モンブラン
中井ゆう
籠谷紗季
日　時▶5月25日（土）12:30〜15:30
雨天中止
会　場▶箕面公園内　瀧安寺前広場　観覧無料
共　催▶箕面の森の音楽会実行委員会／メイプルハーツ箕面公園管理事務所

ウォークラリー 滝ノ道ゆずる君の分身と「かくれんぼ大会」



滝道（たきみち）のあちこちにかくれている滝ノ道ゆずる君の分身をさがそう! 全部みつけてゴールしたら抽選会に参加してね。

日　時▶5月25日（土）　雨天時は26日（日）に順延
受付時間（ラリーシート配布時間）10:30〜11:15
受付場所（ラリーシート配布場所）
阪急箕面駅前ステージ
定　員▶当日先着1000名（申し込み不要）
主　催▶箕面市観光協会

\ 思い立ったら /

習い事を はじめよう

〈 習い事・スクール特集 〉

興味の幅が広がるカルチャースクール・習い事を紹介します。

スクール

一度受けたらあなたも虜に その場で脚が引き締まる人も

フーレセラピーは足を使って優しく全身をほぐす新感覚のマッサージ。身体の芯までほぐされるので短時間で全身スッキリ！夏に向けて身体を引き締めたい方必見。ふくらはぎマイナス1～2cmも夢じゃない！まずはお試しを！

フーレセラピー無料体験会
【日程】5/16(木)・17(金)・18(土)、6/20(木)・21(金)・22(土)・23(日)
【時間】10時～、13時～、16時～、19時～(各2時間)
※完全予約・定員制(先着順)
※スクールはいつでも入校可

「本当に足！？」と思わず振り返りたくなる技術。

フーレセラピーアカデミー 大阪校
大阪市北区芝田1-4-8
北阪急ビル2F
電話受付／9時～18時
0120-3229-20
フーレで検索
資料請求・予約・問合せはコチラ！

ボーカル教室

レッスンが楽しくて、すぐに上達 まずは30分無料体験レッスンへ

(上)幅広い年代の方が通う人気の教室！
(左)独学では学べない、ボイストレーニングのテクニックも教えてくれる。

「今まで歌を習ったことがない」「歌には全然自信がない」という初心者の方から、本気でプロを目指そうという方まで、幅広い層の生徒さんが通うUSボーカル教室。江坂駅すぐとアクセスが良く、気さくで明るい雰囲気の先生達が親切丁寧に教えてくれるので「楽しく通える」と評判を得ている。レッスンは歌に必要な腹式呼吸による発声や、緊張・力の抜き方、歌声のバランス、リズムの取り方など一人ひとりに合わせたカリキュラムで楽しく上手な歌い方が身につくという。気になった方は30分の無料体験レッスンから始めよう。

まずは30分のボーカル無料体験へ！
教室の雰囲気や先生の教え方を体感してみたいという方におすすめの30分無料体験レッスンを随時開催中。ぜひ参加してみて！

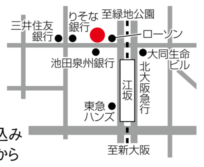
MENU
- グループレッスン(2～3名) 月謝:8,640円(4回)
- 個人レッスン(1名) 月謝:10,800円(2回)

30分の無料体験を実施中。申込・詳細は右記QRより

特　典
「シティライフを見た」で
- 初月謝3,000円引き

左記コース料金より割引(5月31日まで)
お気軽にお問い合わせを

USボーカル教室 江坂駅前校
〈ユーエスボーカルキョウシツ〉
吹田市豊津町1-25 森田ビル3F
受／10時～20時
0120-1692-88
USボーカル 江坂で検索
▲お申し込みはコチラから



ジム

次世代トレーニングで無理なく 強くしなやかな美ボディづくり

トップアスリートも実践している国際特許取得の専用マシンを使う「初動負荷トレーニング®」のワールドウィング大阪緑地公園。無理なく効率的に身体を整えられると全国で評判を呼んでいる。心拍数や血圧を急激に上げず身体への負担が少ないため、リハビリの場でも活用されているのが特徴。体幹が無理なく鍛えられることで、身体のバランスやボディラインが整い、腰・膝・関節痛・骨盤の歪み改善も期待できるそう。血行が促され、代謝もアップ。土・日・祝日のみ通えるホリデー会員プランも。入会後は自由に使い放題。

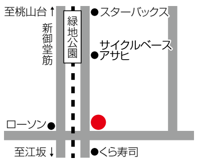
トレーニング用「ビモロシューズ」はトップアスリートも愛用。世界7か国で国際特許を取得し、BeMoLoバー®を搭載。普段使いにも好評！

MENU

●入会金(一般)	21,600円
●月会費(一般)	12,960円
●月会費(ホリデー会員)	7,776円

無料体験予約受付中
所要時間は約60分、運動のできる服装であれば手ぶらでも可。※見学は随時受付、予約なしでOK

ワールドウィング大阪緑地公園
吹田市江坂町5丁目14-10
緑地公園ビル4階
営／平日10時～13時 14時半～20時
　土日祝10時～13時 14時～18時
木曜定休
06-6310-7176
http://www.worldwing-osaka.com



美容と健康は毎日の食事と正しい服薬から

薬食同源 和漢薬とハーブの話

文 笹川薬局 笹川悦子

第36回

植物好きにとって春は花の開花を追いかけて名所へ足を運ぶ季節です。子どもの頃、町内会の行事で大人と一緒に、私も牡丹の開花が有名だという古寺へと連れて行っていただきました。

ボタンと牡丹皮(ぼたんぴ)

ボタンはPaeonia suffruticosa Andrewsを基原植物とする中国原産の落葉低木で、日本に入ってきた年代は奈良とも平安ともはっきりしない点が多いようです。薬用を目的にして栽培するにはボタンの根の皮を使いますので、花期に開花させずにできるだけつぼみを取り除いて、根の発育がよくなるよう配慮しながら栽培します。苗から4～5年目の秋に根を掘りとってよく水洗いをし、皮を裂いて「芯」(かたい木部)を抜き取ってから、皮を長さ10cmくらいに切って日干しにする。これが生薬「牡丹皮」で、独特の香りがあり、私には昔からの漢方薬屋や薬屋さんの匂いに思えます。

高度成長期以前は国産品が生産されていましたが、煎じ薬より漢方エキス製剤の生産量が圧倒的に多くなりだした1970年代後半頃から、輸入品が主流を占めるようになりました。実際、牡丹皮を含有し普段当たり前のように手に入れることのできる代表的な漢方処方エキス剤には、桂枝茯苓丸(ケイシブクリョウガン)や加味逍遥散(カミショウヨウサン)、芎帰調血飲(キュウキチョウケツイン)など、主に婦人病で汎用されるものがあります。月経不順・月経異常・月経痛・更年期障害・血の道症、肩こり、打ち身(打撲症)、めまい、頭重、しみ、湿疹、皮膚炎、にきび、しもやけなどに使用する事ができます。ただこの処方は気血が充実していることが前提ですので、体力が無い場合には単独では使わずに補剤を併せるなどの工夫が必要です。

幼い時、大人の背中に押されながら見た花が、近寄りがたいほどの大きな花だった記憶が鮮明です。

【ボタン／Paeonia suffruticosa】

TAKE FREE

LIFE PLUS

Homebuilding Magazine by CityLife

vol.38 5/15号

巻頭特集「好きこそStyle」

「家を建てたい」「リフォームしたい」方に役立つ住まいづくり情報が満載！

contents
■ショールーム＆モデルハウス インテリアショップ情報
■The Study「ウィンドートリートメント」
■誌上リフォーム
■住まいづくりに役立つヒント「消費税率10％へ引き上げ後の住宅購入等の支援策」

LIFE PLUSは設置店で手に入ります
「LIFE PLUS(ライフプラス)」はスーパー、ショッピングセンターなどのシティライフ設置店約500店舗で手に入ります。
LIFE PLUS 設置店マップはこちら→

A day with mother

おかあさんとお外でエンジョイ！
今年は、お母さんと過ごす時間を楽しむためのギフトをオススメ。

hands+ 1級遮光折傘
遮光率も紫外線遮蔽率も99%以上！ハンズのこだわりがつまった晴雨兼用傘です。

POKETLEボトル
今までなかった！120mlサイズのポケットにも入るステンレスボトル。ハンズ限定カラー。

麻と綿のストール
素材に麻と綿を使用した、この時期ちょうどいいさらっとした手ざわりのストール。

CREATIVE LIFE STORE TOKYU HANDS
東急ハンズ江坂店
吹田市豊津町9-40 電話 / 06-6338-6161
https://esaka.tokyu-hands.co.jp/

ハンズクラブアプリ
江坂店を「お気に入り店舗」に登録しよう！
店舗限定のイベントやキャンペーン情報をお届けします。

困り事はプロに頼って解決!!

暮らしを豊かにしてくれる プロフェッショナル

暮らしのなかで困っていることはありませんか。
さまざまなジャンルで活躍するプロが、
あなたの困り事を解決してくれます。

使用済みや欠品があっても査定OK 無料出張でまとめて買い取ってもらおう

使わなくなった子ども用教材やおもちゃ、ゲームなどが自宅に眠っているなら、無料で出張買取をしてくれる「トレジャー」に相談するのがオススメ!年間50万点以上の買取実績を誇り、使用済みや欠品のある教材でも査定OK。30年以上前のゲーム機やソフト、フィギュアなど買取対象は様々で、高額査定なのも嬉しいポイント。送料無料の宅配買取もOKとのことなので問合せしてみよう。

ゲームは昔のファミコンから最新機種まで、壊れた本体や箱・説明書のない昔のソフトでも。

PROFESSIONAL

買取ならこの店

ディズニー英語システムは15年前の教材でもOK!ワールドワイドキッズや七田教材、キュボロやクアドリラ、WAKUブロック、スカリーノ、ネフなどの木製玩具も買取。

買取例

- 仮面ライダー系変身グッズや戦隊ロボ・レゴ・フィギュアなど
- シルバニア・リカちゃん人形・プラモデル他
- 絵本・木製玩具・知育玩具・知育CD・DVDなども

特典

「シティライフを見た」で
買取額20%UP!
(5月末まで)

教材・玩具・ゲーム・フィギュア・超合金・プラモ買取
買取専門店トレジャー　関西買取センター

受／9時～20時
年中無休
古物許可No. 大阪府公安委員会
第622010123619号
0120-977-719

▲おもちゃ用 webはコチラ
▲教材用 webはコチラ

丁寧な仕事や対応が評判 1戸建て35坪以内55万円

自社社員の施工なので、どこのお宅に対しても高い品質で施工。安心の3回塗りで、必要に応じてバイオ洗浄や高圧洗浄でカビや苔を根こそぎ排除する。外壁のトラブルは塗装して大体1～2年後にわかるのが怖いところ。同社なら地域密着で10年保証もしているので安心。それでいて、職人直請や材料直接仕入れなので35坪以内55万円(税別、足場代込)という低価格を実現している。

代表取締役
原元 進さん
「ご縁のあったお客様とは一生涯のお付き合いをモットーに丁寧な仕事をお約束します」

PROFESSIONAL

外壁防水塗装工事ならこの人

特典　「シティライフを見た」で
- 6帖洋室1室の壁**クロス張り替え無料!**
(外壁塗装された方、5月末まで)

無金利ローン実施中
※100万円 36回払いまで

進和リフォーム株式会社
〈シンワリフォームカブシキガイシャ〉
吹田市南吹田5-2-5
営／9時～20時　水曜定休
0120-46-7760
mail:info@shinwa-reform.co.jp

1つでも当てはまるなら、まずは屋根・外壁診断を

- □ 前に塗り替えしてから8年以上経過している
- □ そろそろ塗り替え時期、建物の状況を知りたい
- □ お値打ちに済ませる方法を提案してほしい
- □ 他社で見積もりしたが、妥当がどうか知りたい
- □ 「今すぐやらないと」と言われたが本当?

CROSS WORD

応募方法／はがきもしくはFAXに解答と〒・住所・氏名・年令・職業・電話番号を明記の上、編集部までお送りください。抽選で5名様に記念品をプレゼント。(毎月20日〆切)

応募先／FAX:06-6368-3505
〒566-0001 摂津市千里丘1-13-23
シティライフ「クロスワード」係

●4月号の答え ダイヤモンド

漢字足し算引き算

最初に下の漢字リストから選んで、縦方向の三文字熟語を完成させてください。
同じようにリストから選んで、横方向の三文字熟語を完成させてください。
リストの漢字は1回だけ使います。
最後に例のように文字の部首を足し引きして漢字を作り、それら4文字でできる四文字熟語を答えてください。

(作・あさみ順子)

(例) 洞＋夜－液＝同

漢字リスト

員 液 沖 花 閑 期 機 客 究 九
研 玄 光 工 作 市 所 女 除 焼
城 植 世 積 宋 谷 茶 農 不 米
木 夜 旅 呂 郎 壺

篤　□　周		股　□　危		風　□　金		
□□□	＋	□□□	－	□□□	＝	□
家　□　律		物　□　感		敷　□　眼		
□　微　別		親　□　平		掃　蛍　□		
□□□	＋	□□□	－	□□□	＝	□
□　分　界		孝　□　京		人　灯　□		
移　□　都		表　□　喫		□　八　無		
□□□	＋	□□□	＋	□□□	＝	□
鏝　□　部		関　□　店		□　潟　果		
薬　□　住		□　著　委		□　大　付		
□□□	＋	□□□	－	□□□	＝	□
堀　□　録		□　権　会		□　石　刃		

解答 □□□□

世界にひとつを作ろう♪

服地・インテリア布地・手芸品の
大塚屋 江坂店

開催期間 4/24(水)▸5/6(月・振休)
期間中休まず営業

アジア布地展

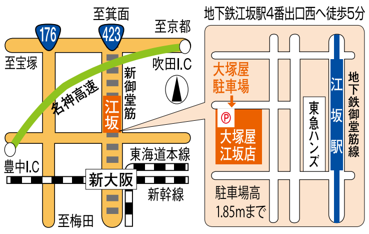
タイ　インド　インドネシア

5F 洋裁付属品・持ち手・ミシン加工・クラフト
4F カーテン地・バッグ地・インテリア布地 カーテンオーダー
3F パッチワーク布地・和調布地 演劇衣裳布地・特選婦人服地
2F 婦人服地・裏地・芯地・ミシン・型紙・本
1F 綿(無地・先染・プリント)・麻布地 キャラクター布地

江坂店公式 Facebook

大塚屋メール会員 お得な情報お届けします

詳しくはホームページまで
http://otsukaya.co.jp/



地下鉄江坂駅4番出口 西へ徒歩5分
■なるべく公共交通機関をご利用くださいませ。

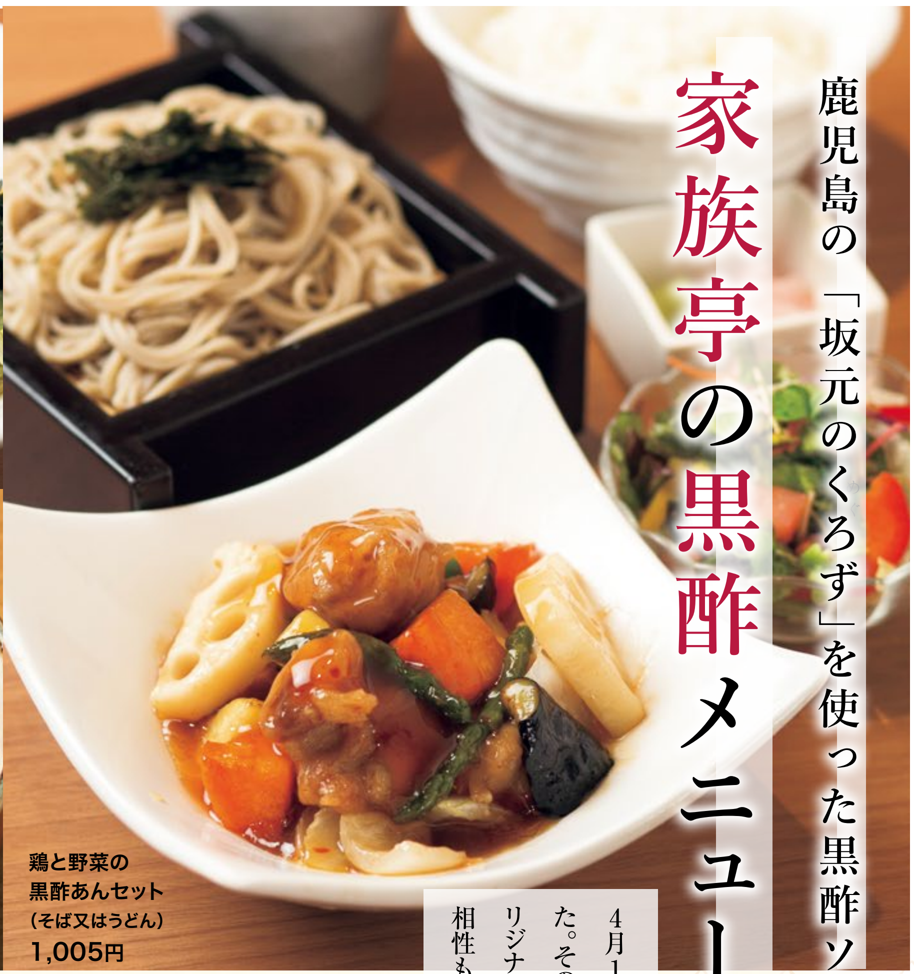
服地・家の布・生活ホビー
otsukaya
大塚屋 江坂店
☎06(6369)1236　〒564-0051 吹田市豊津町13-38
営業時間/あさ10時～よる6時30分　5月の休業日/8日(水)・15日(水)・22日(水)
大阪　岐阜　名古屋

鹿児島の「坂元のくろず」を使ってさらにおいしく
家族亭の黒酢メニューがリニューアル

4月1日から、家族亭の「黒酢メニュー」がさらにおいしくなりました。その秘密は本場・鹿児島でも名高い「坂元のくろず」で造ったオリジナルの黒酢ソース。まろやかで食材の旨みを引き出し、そばとの相性も抜群。ゴールデンウィークに家族揃ってお楽しみください。

黒酢サラダそば
(うどんでも承ります)
1,059円

黒酢酸辣湯(サンラータン)うどん
(そばでも承ります)
1,080円



鶏と野菜の
黒酢あんセット
(そば又はうどん)
1,005円

さらなるおいしさを求めて辿り着いたのが桜島を望む霧島市福山町。三方を丘に囲まれた南向きの斜面にずらりと並ぶのが「坂元のくろず」の壺畑です。

坂元醸造は江戸時代後期から二百年続く老舗。「坂元のくろず」は発酵・熟成に適した温暖な気候の中、米と米麹と"廻(めぐ)りの水"と呼ばれる姶良カルデラの丘の中腹に蓄えられた地下水で造られています。米麹由来の微生物と壺の中に住みついている微生物が、太陽の熱だけで発酵・熟成し、それを熟練の醸造技師たちが日々見守り、発酵・熟成の音に耳を傾けて造り出しています。

その独特の香りやコク、深み、まろやかさは一度食べてみると感動のおいしさ。これから暑くなる季節にぴったりの3つの「黒酢メニュー」をぜひ味わってみてください。

(上)「坂元のくろず」を使って、創業160年を誇る福岡のジョーキュウ醤油が、家族亭オリジナルの黒酢ソースを造っています。
(中)発酵・熟成の音を耳を澄ませて確かめる「坂元のくろず」の醸造職人。子どもを育てるように大切に造っています。
(下)陽当たりの良い丘に壺が並ぶ壺畑。大自然の恵みをたっぷり浴びて時間をかけて造られています。

5/9(木)より スタート

こちらもお楽しみに…
しあわせ信州 ～おいしい八ヶ岳～

そして5月9日からは「しあわせ信州フェア」がスタート。信州の自然の中でのびのび育った信州福味鶏は、肉質がやわらかくジューシーな旨みが特徴。まろやかなチーズと合わせた親子丼でお楽しみください。

また信州天ざるは、戸隠のぶなしめじ、山形村名産の長芋など旨みたっぷりの野菜をサクッとした天ぷらで。そばとの相性も抜群です。

信州福味鶏使用

信州福味鶏のチーズ親子丼セット 1,167円

長野県産の野菜を使用

信州天ざる 1,296円

※天候や仕入れにより使用する食材の内容が変わる場合がございます

シティライフ読者限定クーポンが使えるお店

家族亭は北摂に10店舗! ぜひ近くのお店へ

詳しくはこちらへ

池田店
阪急ブランマルシェ2番館 2F
(阪急池田駅直結)

阪急岡町店
TiO阪急岡町
(阪急岡町駅直結)

みのおキューズモール店
みのお キューズモール
EAST-2 3F

千里中央店
千里朝日阪急ビル2F
(モノレール千里中央駅すぐ)

阪急山田店
デュー阪急山田2F
(阪急山田駅直結)

南千里店
トナリエ南千里2F
(阪急南千里駅直結)

江坂店
カリーノ江坂B1F
(東急ハンズ下)

茨木店
茨木市上穂積1-3-61
(府道吹田高槻線
茨木警察北200m)

阪急茨木店
ロサヴィア2F
(阪急茨木市駅直結)

川西能勢口店
ベルフローラかわにし
イースト2F
(阪急川西能勢口駅すぐ)

阪急梅田駅周辺でも6店舗展開中
- 梅田阪急三番街店
- 阪急グランドビル店
- 梅田茶屋町店
- 梅田地下街店
- 梅田ナビオ店
- 花旬庵 ヨドバシ梅田店

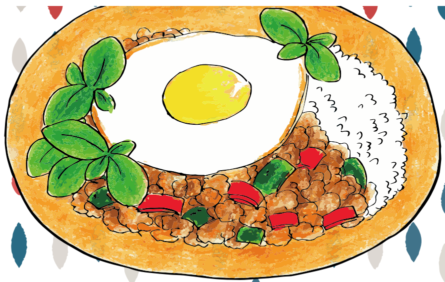
※クーポンは上記の店舗でご利用いただけます。 ※梅田地下街店は【信州天ぷら盛合せと特盛そば・うどん】のみ販売になります。 ※梅田地下街店は【鶏と野菜の黒酢あんセット】を販売しておりません。

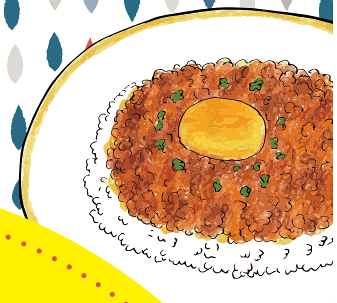
シティライフ読者限定クーポン
店内ご飲食の方、100円OFF 2019年5月末まで
※お一人様800円以上ご飲食の方、税抜価格より100円値引させていただきます。 ※本券1枚でグループ全員ご利用いただけます。 ※他の値引・割引・優待との併用はできません。
※お会計の際に係の者にお渡しください。
家族亭

シティライフ読者限定クーポン
店内ご飲食の方、100円OFF 2019年5月末まで
※お一人様800円以上ご飲食の方、税抜価格より100円値引させていただきます。 ※本券1枚でグループ全員ご利用いただけます。 ※他の値引・割引・優待との併用はできません。
※お会計の際に係の者にお渡しください。
家族亭

シティライフ読者限定クーポン
店内ご飲食の方、濃厚お抹茶プリンサービス 2019年5月末まで
※梅田阪急三番街店、梅田地下街店、江坂店では取り扱いがございません
※お一人様800円以上ご飲食の方、抹茶プリンをサービスさせていただきます。 ※本券1枚でグループ全員ご利用いただけます。 ※他の値引・割引・優待との併用はできません。
※ご注文の際に係の者にお渡しください。
家族亭

4日間開催
入場無料
雨天決行
（荒天中止）





西日本最大級のカレーの祭典

第6回
カレーEXPO in 万博公園

2019 5/3（金・祝）→6（月・休）［4日間］

グルメブロガーが選ぶ、カレー店32店が集結

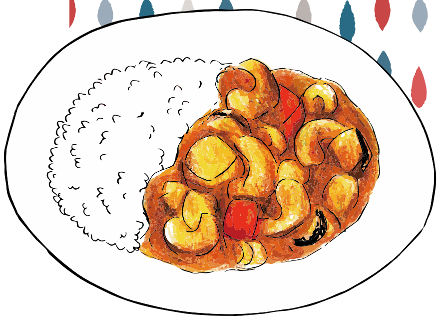
万博記念公園 東の広場
（大阪府吹田市）
START 9:30 ～ CLOSE 17:00 (L.O.16:30)
別途公園入園料（大人250円、小中学生70円）必要

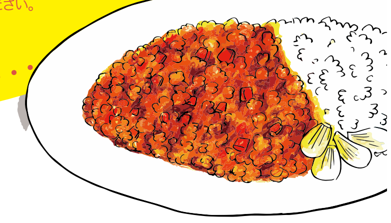
※万博記念公園入園は16:30まで ※売り切れ次第終了となります。
※イベントの内容は予告なく変更となる場合がございます。
最新情報はカレーEXPOホームページでご確認ください。

カレーEXPO
グランプリ決定戦開催

カレーセット券に付けている投票券で、おいしいと思ったカレー店に投票してください。5月4日に1幕のグランプリ、5月6日に2幕のグランプリと総合BEST3をステージで発表します。

あなたの一票を
お待ちしております！





西日本最大級のカレーの祭典「第6回カレーEXPO」が今年も開催！マニアも唸る
スパイスカレーから欧風カレーまで各日32店のカレーが楽しめます。カレールーの提供がハーフサイズなので
食べ比べができるのもカレーEXPOの醍醐味！同時開催のイベントも盛りだくさん！GWは万博公園へ！！

さらに盛りだくさん！
パワーアップした同時開催イベント

第2回
日本カレーパン協会
プロデュース
カレーパンサミット

30種以上

東京で人気のイベントが今回も万博に登場！全国の有名カレーパンが毎日3000個集結！なかなか食べられない名店のカレーパンが全国から大集合する、カレーパン好きには夢のようなイベントです。

出店名

［北海道］Quatre Feuilles（カトルフィーユ）［東京都］リヨン ソレイユ（プラスパン）／大泉製パン／サンジェルマン／代官山シェ・リュイ／喜福堂／ボンジュール・ボン／クラウンベーカリー／Boulangerie shima／プチ・フール／ラトリエ アンソレイエ／ビストロ喜楽亭／築地木村家／東京あげパン／ボワ・ド・ヴァンセンヌ ［千葉県］ベーカリー ハレビノ ［神奈川県］手づくりパンとケーキのお店パリジェンヌ ［石川県］パンの朝顔 ［滋賀県］株式会社滋賀のええもんや ［大阪府］ホットクロス 南堀江店 ／石窯パンの店ゴッホ（gogh）／パン工房鳴門屋 ［兵庫県］コウノトリの恵み 豊岡（工房グリーン）［広島県］ゆういちのパン屋 Mush

第5回
関西の人気スイーツ店が大集合
スイーツExpo

「プーさんの満腹日記」で人気のブロガー、プーさんが選ぶスイーツ約20店。スイーツだけでも堪能できるラインナップです。

第4回
パン好きのためのイベント
パン博

美味しいと評判の人気のパンやさんが大集結！カレーとパンの相性もバッチリ！テイクアウト用に個包装しているので、ご自宅でもお楽しみください。

40店出店

手作り雑貨大集合！
ロハスフェスタ蚤の市

ロハスフェスタで人気の手づくり雑貨が登場します。

掘り出しものがあるかも

古本市

大好評の古本市が今回もやってくる！

今回も関西の有名・人気の独立系書店が大集合。カレー店に負けず劣らず個性豊かな各店が持ち寄る、こだわりの古本たちにどうぞご期待ください！！※雨天中止

芝生広場なのでシートの持参もおすすめです。

食事テントブースも完備

主　催：City Life

問合せ：カレー・スイーツEXPO事務局（株式会社シティライフNEW内） TEL：06-6338-0641　後援：大阪府／在大阪スリランカ名誉総領事館
協力：大阪モノレール　詳しくはカレーEXPO公式ホームページを　http://curryexpo.com　スイーツEXPO　http://sweets-expo.com

カレーEXPO、スイーツEXPO、パン博参加店の一部を紹介

カレーEXPO

38店出店

カレーEXPO 検索 http://curryexpo.com
他の参加店はホームページをご覧ください。

パオーン!! the Curry
和牛バラ入り欧風スパイスカレー

和牛バラをオリジナルフォンドボーで煮込み、チキンブイヨン、香味野菜、20種類以上のスパイスを使用。深みのある、毎日食べても飽きない味に仕上げました。

Y・S・I
神戸美人カレー

コールドプレスジュース屋が作った、水不使用！8種類以上の野菜フルーツ使用！食べながらキレイになれる、いま噂のカレー。ぜひ一度ご賞味ください！

札幌スープカレーJACK
薫る!!濃厚海老のスープカレー

約8年間札幌の有名店を渡り歩き修行をした後、2018年11月末に大阪・新町にて「札幌スープカレーJACK」をオープン。新聞や雑誌、ラジオやテレビなどにも紹介された人気の濃厚海老のスープカレーをご用意しました!!スープカレー屋は初出展とのことなので今回を機にスープカレーを広めていきたいと思います。

ペッシェ ロッソ
和牛仕立て 欧風チョコレートカレー

和牛筋ベースのブイヨンでコトコトと煮込んだヤゲン軟骨と根菜類を、フランス産のグリュエ・ド・カカオで仕上げたコクと香りの欧風スパイスカレー！今までなかった深みのある味を堪能してください。

大阪 裏ポンバシ系スパイスカリー NOMSON CURRY
牛豚愛挽の燻製キーマ

ヒッコリー、ウィスキーオークで燻製した香り高い牛豚合挽ミンチ×追い鰹出汁の暴力的旨味。総てのスパイスカレーファンに捧ぐノムソンカリーの粋を極めた最高傑作ですん！トッピングには鰹出汁を効かせた牛あぶらかす&燻製ブラックペッパーの手羽先もオヌヌメですーん！大阪スパイスカレーの真骨頂、キーマ界の帝王降臨。

ソラーズキッチン『カレーくんのおいしいカレー』
甘くて辛くてコクがある コクうまカレー

ソラーズキッチンの自慢のカレーは、甘くて辛くてコクがあるスパイスの効いた「元祖大阪カレー」です。焦げる寸前まで焙煎することでスパイスの風味を高め、熟成させることにより奥が深いコクがあるカレーが誕生しました。一度食べたらやみつきになる、毎日食べたくなってしまうようなとても印象に残るカレーです。

CLポイントアプリは無料でダウンロードしていただけます。
CLポイントアプリの特典画面を会場内チケットブースで掲示いただくと
カレーセット券1,200円→1,150円
でご提供させていただきます。※お一人様1日一回限り有効

有名ブロガーやカレー通が推薦！

「うまから手帖」	K1郎さん
「大阪人ロックの旨いもんを喰らう!!」	大阪人ロックさん
「Mのランチ」	M三郎さん
「かれおた★curry maniacx」	TAKさん
「美食磁石」	さいちゃん
「大阪の駆け出しデザイナー92の日常」	駆け出しデザイナー92さん
「カレー好きアラサーOL(の)華麗なる日々」	ミホキンさん

カレーEXPOのみチケット制です

※当日会場で販売します

※カレーセット

- カレーセット券
  カレールー・ハーフサイズ 2杯 + ライス 250g 1皿
  1,200円
- カレールー・ハーフサイズ単品

  500円
- ライス単品

  300円

●カレーEXPOで提供するカレーは、上の写真の盛り付けと異なります。●カレーEXPOではカレールーは全てハーフサイズとなり専用容器で提供いたします。●トッピングは別途有料となります。●カレーEXPOはチケット制です。当日チケットブースにてお買い求めください。

スイーツEXPO

21店出店

スイーツEXPO 検索 http://sweets-expo.com
他の参加店はホームページをご覧ください。

Pooh's full of happiness diary
プーさんの満腹日記
Produce by プーさん

人気のグルメブログ「プーさんの満腹日記」のブロガーのプーさん。大阪では知らないスイーツはない！？というほどのスイーツ通のプーさん厳選の名店が登場します！

プーさんの満腹日記 検索

ともみジェラーto
ジェラート

日本の美味しい食材をジェラートに。シンプルに素材を生かしたジェラートを作りたいと、なるべく生産者さんのところへ行き、見て触れて聞いて感じて勉強し、生産者さんの顔を思い浮かべながらジェラートを作っています。

菓楽
くずひむろ

食べ歩きしやすいフローズン葛餅バー。"もちっシャリ"と暑い季節にぴったりの新食感スイーツ。フルーツのゴロゴロ入った『フルーツMIX』、さっぱりジューシーな愛媛県産のみかんを使った『みかん』、福岡県産あまおうと濃厚なミルクの『いちご杏仁』、京都宇治抹茶使用の『極み・抹茶小豆』の4種類。

アルティメイトクレープス
クレープ

地元食材にこだわった上質なクレープです。甘すぎないクリームに上品な味わいのソースと果物。1時間待ちの行列になることも多々。奈良県Facebookランキング1位継続中。

Gori's Kitchen
京てぃらみす

本場イタリアで修業をつんだシェフこだわりの逸品。**[プレーン]**ふわっととろけるクリーミーさとエスプレッソのほろ苦さが絶妙なハーモニー。**[抹茶]**濃いお抹茶に仕上げることで、香りの高い大人な味わい。**[ほうじ茶]**濃厚で香ばしい仕上がり。抹茶、ほうじ茶共に最高級品を使用。

●スイーツEXPOで提供するスイーツは、上の写真と提供方法が異なります。●スイーツEXPOは各店で現金にてお買い求めください。

パン博

10店出店

kentauros
神戸ピロシキ

百貨店で行列ができるお店kenntauros。本場ロシアの揚げパンピロシキの専門店。ひき肉、卵、玉ねぎが入った神戸風ピロシキにボイル軟骨を入れてるのが特徴。プリプリこりこりの食感が美味しさを引き立てます。

侍ぱん次郎左衛門
侍ぱん

保存料、乳化剤を使わず米粉、生クリーム、北海道産バター、加糖練乳、マスカルポーネを練りこみ、後味のミルキーな風味、トーストすれば表面のカリッとした食感と香ばしさが特徴。生のままでも美味しく、ほのかな甘みで惣菜、ジャムやフルーツとも相性が良く、素材の味を引き立てます。

Bakery Ferdinand
肉厚ロースカツサンド

池田の老舗Ferdinandが誇る一番人気パンドミでサンドしたボリューミーで食べ応え有る肉厚ロースカツサンド。特製ソースとの相性抜群のこのサンドはFerdinandフリークに絶大人気のサンドです。この機会に是非！

らすく屋
キャラメルラスク
(サクサクひとくちラスク)

当店のらすくはすべて手作りで、低温オーブンでじっくり二度焼きしています。帝塚山のマダム達や地元の人達の手土産として人気のお店で、テレビや雑誌にも多数紹介されている大注目のらすく屋です。7種類のフレーバーをご用意しております。一口サイズ・サクサク感をお楽しみください！

カトマンドゥカリー PUJA
ゴロッとタンドリーチキンの入った辛口スパイシーカレーパン

ネパール人シェフが、日本人の味覚に合わせ淡路の玉葱を大量に長時間炒め、水や小麦粉(つなぎ)は一切使用せず(水分は野菜のみ)、36種の良質なスパイス、ハーブ、乳製品も贅沢に使用原材料を凝縮したコクのある深い味わいのカリーにタンドール(炭窯)で焼いたチキンをごろっと入れた究極のカリーパン

●パン博は各店で現金にてお買い求めください。

無料 ＼会場内特設ステージ／ おでかけよしもと漫才劇場

カレーEXPO会場内の特設ステージでよしもと漫才が無料で楽しめる！

ツートライブ

からし蓮根

祇園

紅しょうが

吉田たち

マルセイユ

5/4 ツートライブ
からし蓮根
5/5 祇園
紅しょうが
5/6 吉田たち
マルセイユ

©YOSHIMOTO KOGYO, All Rights Reserved.

＼グルメの街で　見つけた　絶品Menu／
北摂のおすすめグルメ Gourmet

初夏先取り活〆新メニュー登場
地元に愛される旨い魚食処

じわじわと口コミが広がり、地元で話題の一豊。毎日大阪中央卸売市場から直送&独自ルートで様々な種類の魚を仕入れている。今回のおすすめは新メニューの活〆ネタ！「活〆しまあじ刺身定食」は、鯵の中でも最高級品種のしまあじ。これからが旬で、毎日朝〆した新鮮なネタだから、上質な肉質と歯ごたえは抜群。「活〆たこ定食」は活〆たこを店内で軽く茹で上げ、旨味を凝縮。たこの天ぷらまでついて、たこ好きにはたまらない！コースメニューも充実で家族やママ友とぜひ。

[上]活〆しまあじ定食（活〆しまあじのお刺身、小鯵の天ぷら、厳選小鉢三種、ごはん、味噌汁、漬け物）[下]活〆たこ定食（真たこのお刺身、真たこの天ぷら、厳選小鉢三種、味噌汁、漬け物）

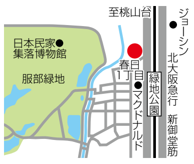
活〆はもしゃぶ（1.5人前1,280円）。鱧の骨からとったお出汁と淡路産玉ねぎの相性抜群。

Menu

- 活〆しまあじ刺身定食……1,500円
- 活〆たこ定食……1,300円
- 昼のみ定食(全8種)……1,000円
- 季節の旬魚コース（前菜3品、季節の一品、お造り5種、焼物又は煮物、茶碗蒸し、揚げ物、お食事、デザート）……3,200円

※全て税別　※詳しくはホームページにて

魚食処 一豊 ＜かずとよ＞
服部緑地公園店
吹田市春日1丁目1-1TATSUMI緑地公園101
営／昼11時～15時（LO14時45分）
夜17時～22時（LO21時45分）
月曜定休（月曜が祝日の場合翌火曜休）
※GW:5/6（祝/月）は営業、7日（火）は休み
駐車場3台あり　禁煙（店外に灰皿）
☎06-4798-5113
http://ichi-ho.co.jp



暑くなるこれからの季節に嬉しい、いちごミルクやピーチミルク、ソーダ類が充実。

落ち着いたカフェ空間が小野原に
5月はいちごのミルフィーユとストロベリーソーダ登場

「美味しいけど食べにくいなと思っていたミルフィーユをクリームとパイ生地を別々にして提供しています、サクサクのパイ生地に特製カスタードをつけて食べてください」と工夫を凝らしたミルフィーユが今月のケーキ。また、これからの季節にうれしい果肉が入ったソーダも新登場。ドリンク付きでお得なパスタセット1,000円～もあり。寛ぎの時間を。

表通りから1本中に入るため落ち着いた雰囲気。

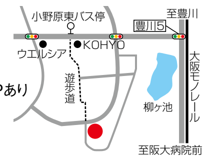
Menu

- いちごのミルフィーユ……単品600円（ドリンクセット1,000円）
- ストロベリーソーダ、ピーチソーダ……500円
- パスタランチ……（サラダ・パスタ・ドリンク）1,000円～

特典

「シティライフを見た」とセットメニュー注文で**10%OFF**（5月末まで）

BorCafe〈ボルカフェ〉
箕面市小野原東6-29-1
営／9時～17時　日曜定休
（GW4/28～5/1休、5/2から営業）　Pあり
☎072-768-8881
instagram@borcafe



ヘルシーでおいしい
国循認定「かるしお定食」

北摂では珍しい、国立循環器病研究センター認定の健康メニュー「かるしお定食」が食べられる同店。低カロリー&減塩なのに、ボリュームもあっておいしいと大好評！人気のKENTOヘルシーセットは、日替わりのメインに小鉢8種&健康サラダ、スープとごはんがついて1,200円とお得！カフェタイムはコーヒーお替り自由なのでゆっくりくつろげる。

（上）KENTOヘルシーセット（1200円）。ごはんは白米と雑穀米が選べる。
（下）野菜たっぷりで女性に人気の女子会コース。4名様以上で予約可。

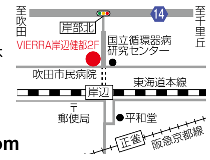
Menu

- KENTOヘルシーセット……1,200円
- 鯖の煮付け定食……1,000円
- 本日のパスタセット……850円
- 女子会コース（全6品、要事前予約）……2,980円

特典

「シティライフを見た」で
おススメ野菜ジュース1本プレゼント
（一人1本、5月31日まで、他券併用不可）

ヘルシーフィールド
キッチンKENTO〈ケント〉
吹田市岸部新町5-45VIERRA岸辺健都2F
営／11時～21時（予約は14時以降）　不定休
施設駐車場あり　禁煙
（当店利用で2時間無料サービスあり）
☎06-6310-1649
https://healthyfieldkitchin-kento.com



春のおすすめ膳もボリュームたっぷり。4/18～は新メニューも。

人気のワンプレートランチ、野菜がたっぷりで嬉しい

女子会プランは飲み放題&デザート食べ放題付きで2,480円～。

GWは家族そろって
子連れで、三世代で
気軽に集える和食処

バイヤーが全国を走り回って集めた季節ごとの素材を楽しめるおすすめの和食処、うどんなどの麺類から定食、単品まで豊富。また売り切れ御免のワンプレートランチはメインからおばんざいドリンクもついて980円。掘りごたつの個室や半個室が充実し、小学生以下は100円でソフトドリンク飲み放題。子連れでの集まりにはここで決まり！

Menu

- ＜限定10食＞週替わりプレートランチ……980円
- ＜限定15食＞限定おすすめ膳ランチ……1,350円
- 当日飲み放題……1,500円

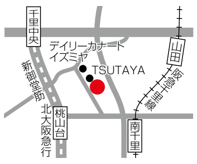
特典

この記事持参で
- ＜昼のみ＞980円以上のご膳……**100円OFF**

※1グループ全員OK／セット除く／他券併用不可
- ＜夜のみ＞お会計より……**10%OFF**

※割引上限1,000円／他券併用不可※全て税抜表記（5月末まで）※4/27～5/6はクーポン利用不可

ごちそう村 豊中上新田
豊中市上新田4-29-3
営／ランチ11時半～15時（LO14時半）
ディナー17時～23時（LO22時半）
金土祝前日は～23時半（LO23時）
※GW中はランチ14時半まで、ディナー23時まで　Pあり
☎06-6155-4147



コープこうべだより

暮らし上手な皆さんにはおなじみのコープこうべ。上質で新鮮な商品はどのように提供されているのか。さまざまな工夫を凝らして働くコープこうべのスタッフさんに焦点を当てて紹介します。

コープ桜塚
豊中市南桜塚2-1-10
☎06-6854-6111
営／9時～20時50分　無休（元日を除く）

コープ桜塚店
店長
三好 洋子さん

地域との
つながりを大切に

赴任してから地域との連携に力を注いでいます。昨年11月に改装から10周年を迎え、地域の方々の協力を仰ぎながら2週間に渡るイベントを企画しました。5月にも親子パン教室や鉄棒教室などのこども向けイベントを開催する予定で、買い物だけではなく、地域のコミュニティとして盛り上げていければと思っています。

10周年記念イベントの「こども店長体験」ではバックヤードをご紹介

2月に導入したセルフレジでお会計がとてもスムーズに！

組合員目線で気づいた事は、頼れる部門担当者に改善してもらっています

大阪府内の店舗一覧
シティライフも設置中!!

〈豊中〉
- **コープ東豊中** 豊中市東豊中町4-3-13
- **コープ蛍池** 豊中市蛍池中町3-2-1
- **コープ桜塚** 豊中市南桜塚2-1-10
- **コープミニ桜の町** 豊中市桜の町2-1-6
- **コープミニ泉丘** 豊中市東泉丘2-14-20
- **コープミニ城山** 豊中市城山町2-5-12
- **コープミニ西緑丘** 豊中市西緑丘1-1-38

〈箕面市〉
- **コープ箕面** 箕面市桜ヶ丘5-6-6
- **コープ箕面中央** 箕面市坊島1-1-15
- **コープミニルミナス箕面** 箕面市如意谷4-6-19

〈池田市〉
- **コープミニ伏尾台** 池田市伏尾台3-4-1
- **コープミニ井口堂** 池田市井口堂2-7-18
- **コープミニ上池田** 池田市上池田2-4-6-101

〈吹田市〉
- **コープ吹田** 吹田市五月が丘西1-1
- **コープミニ山田** 吹田市山田東4-17-12-101

〈茨木市〉
- **コープ茨木藤の里** 茨木市藤の里1-10-2
- **コープ茨木白川** 茨木市白川2-2-10

〈高槻市〉
- **コープミニ氷室** 高槻市氷室町4-2-5

〈豊能町〉
- **コープ新光風台** 豊能郡豊能町新光風台2-18-5

〈島本町〉
- **コープ島本** 三島郡島本町青葉1-2-10

コープこうべ くらしの情報センター
フリーダイヤル0120-44-3100（無料·年中無休）
火～金：8時半～19時半　土～月：8時半～18時
※12/31～1/3は8時半～18時

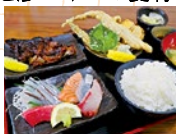
屋内開催！
ハンドメイド・クラフト作品が大集合！
ロハスフェスタ® 南港
開催決定
City Life
2019 SUMMER
2019年8月10日（土）・11日（日）・12日（月休）10:00～17:00
インテックス大阪1・2号館 大阪市住之江区南港北1-5-102
会費（入場証）：当日券900円、前売り券700円（小学生以下無料）
最終日は16:00まで
※入場証販売は終了時間の30分前まで
※イベントの内容は予告なく変更となる場合がございます
ロハスフェスタの手作り雑貨、ワークショップが勢ぞろい

出展者募集中
詳細は公式WEBにてご確認ください▶
主　催　ロハスフェスタ実行委員会
問合せ　ロハスフェスタ事務局（シティライフNEW内）
〒566-0001 大阪府摂津市千里丘1-13-23
Tel.06-6338-0641　http://event.lohasfesta.jp

令和の超よくばり定食（2,380円）はトラフグ刺し、銀鱈カマ照り焼き、淡路島産穴子と太刀魚と野菜の天ぷら、あご落とし明太子のラインナップ！

大阪府中央卸売市場仲買直営
銀蔵6年目の目標は「海鮮ランチで日本一」

5周年となる5月は「令和の超よくばり定食」と彦にゃんの愛称で知られる古川バイヤーオススメの「彦にゃんのよくばり定食」が登場。6年目の銀蔵は「"海鮮ランチを食べるなら銀蔵でしょ"と当たり前に言ってもらえるように頑張りますので応援よろしくお願いします！」とのこと。


彦にゃんのよくばり定食（1,780円）はお造り、銀鱈、天ぷらのセット。

Menu

- 5周年記念！5/11（土）12（日）は一番人気の海鮮丼が税込みで1,000円（1日500食限定）
- トラフグ刺し、アラ唐揚げ……980円／W1,880円
- 銀鱈カマ照り焼き……580円
- 新作鰻棒寿司……2,380円→1,980円（5月末まで）
- あご落とし明太子……398円／天ぷら……450円
- 淡路島産穴子の天ぷら……480円

銀蔵〈ギンゾウ〉
営／昼 10時（箕面駅前店は11時）～15時（LO14時半）
平日夜 18時～21時半（LO21時）日祝夜 17時～21時半（LO21時）
土・祝日前夜 17時～22時（LO21時半）

【小野原本店】
箕面市小野原東5-2-1
Pあり 禁煙
☎080-1400-3527

【箕面駅前店】（予約可）
箕面市箕面6-4-24サンクスみのお105
P無し（近隣に有料Pあり） 禁煙
☎080-3846-7899

5月で13周年を迎える天ぷらの山
「山の初夏定食」が新登場

揚げたての天ぷらを順々に食べられる天ぷらの山。おすすめは「山の初夏定食（写真左1,100円）」で、海老2尾、イカ下足、金目鯛、サワラ、えび餅、レンコン、なす、新玉ねぎがついた内容だ。+100円で追加できる「そば」も人気で、吹田グリーンプレイス店では、定食に小そばを追加するか、ご飯の替わりに大そばにするかを選べる。箕面本店では小そばが10時～15時まで、大そば平日15時以降の提供。

箕面本店

吹田グリーンプレイス店

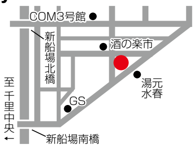
Menu

- 野菜定食（季節の野菜7種）……690円
- 海老定食……730円
（海老・キス・イカ・野菜3種）
- 山定食……930円
（海老・キス・イカ・豚ロース・野菜3種）
- 穴子定食……950円
（穴子一本揚げ・キス・イカ・野菜3種）

特典
この記事持参で**特製蒸しプリンをサービス**
（平日のみ、4/27～5/6除く、数量限定、箕面本店のみ、5月末まで）

天ぷらの山 http://yama-yama.com/

【箕面本店】
箕面市船場東3-9-2-1F
営／10時～21時（LO20時半頃）
全62席（カウンター38席、テーブル4席）
店舗前専用駐車場全11台 不定休
☎072-730-2290



【吹田グリーンプレイス店】
吹田市片山町2-3-3
営／11時～21時（LO20時半頃）
全45席（カウンター21席、テーブル4席）
施設内駐車場有 不定休
☎06-6389-1190

好みのスイーツを食べ尽くそう
熱々パスタや限定メニューも好評

15周年を迎えたスイパラが創業当時の価格1,000円で営業中！定番のショートケーキから季節のケーキ、ゼリーに和菓子まで多彩なスイーツ約30種類がずらりと並ぶ。アツアツの自家製生パスタやカレーなども人気！

あの「ハーゲンダッツ」とイタリアンジェラート協会認定の「イルジェラート」30種類が特典で食べ放題に‼

Menu

- 大人（中学生以上、50分）……1,000円
- 大人（ドリンクバー付、70分）……1,204円
- 小人（4歳～小学生、ドリンクバー付）……797円
- 3歳以下…無料

※全て税別

特典
この記事持参で大人ドリンクバー付ご利用の方は、ハーゲンダッツ・イルジェラート**食べ放題サービス**
（5月末まで）

スイーツパラダイスファクトリー
吹田市千里万博公園2-1
ららぽーとEXPOCITY 1F
営／11時～22時（LO21:30） 無休
P4,100台
☎06-4860-6453

新メニューはサラダが主役
全プレートが特盛サラダ付きに

サンマハロのメニューが一新、主役は「サラダ」。なんと、全プレートのサラダが今までの2.5倍に！お得なランチセットも登場し、メイン+選べるパンケーキ+ドリンク+バケット付き。メインはサンマハロコブサラダかシュリンプとフルーツのハワイアンサラダから選べ、1,660円が読者限定で1,500円に！生パスタ3種、ハワイアンバーガー2種もチェック。

彩り豊かで具だくさんの「サンマハロ コブサラダ」

特典
「シティライフを見た」で、6月末まで
・ランチセット 1,660円→**1,500円（税別）**
（メイン+選べるパンケーキ+ドリンク+バケット）
※メインは「サンマハロ コブサラダ」か「シュリンプとフルーツのハワイアンサラダ」から選べる

サンマハロ箕面小野原店
Hawaiian&CurryRestaurant
箕面市小野原西3-28-19
営／11時～22時（LO21時半）無休、P20台有
☎072-737-7888
サンマハロ facebook で検索
インスタもチェック

邸宅レストランで愉しむ
本場イタリアの至高のコース

イタリア各地で修業を積み、銀座のミシュラン一つ星レストラン出身のシェフが腕を振るう同店。新たに昼夜統一で季節に合わせたコース料理をスタート！コースの〆でファンも多い絶品パスタは、サイズが選べるため少食の方からたくさん食べたい男子の胃袋も満たしてくれると好評！

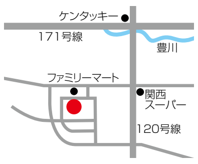
Menu

- コースはランチ・ディナーともに、3,000円／4,000円／5,000円／6,000円／8,000円／10,000円のコース
- 宴会プラン（飲み放題付）……5,000円

※ディナータイムは飲食代の5%のサービス料あり

特典
「シティライフを見た」で**ワンドリンクサービス**
（5月末まで）

Trattoria TESORINO rosso
〈トラットリアテゾリーノロッソ〉
箕面市小野原西5-3-36 月曜定休
営／11時半～15時半（料理LO14時）
17時半～23時（料理LO21時）
P8台 混雑時は乗り合わせ推奨 禁煙
☎072-736-8863
https://tesorino-rosso.owst.jp

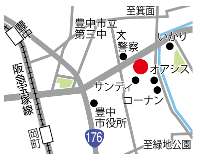


見つけた！地元のおいしいtakeout店

砂糖と卵を使っていない生地
りんごの甘みが口いっぱいに
優しい美味しさのパイ専門店

長年パイ作りに携わってきた店主が、店内で小麦粉から丁寧に作り上げるパイはサクッとした食感でクセになる味。シナモンを使っていないので苦手な人でも食べやすい。大きさも食べきりサイズでちょうどよく、「いくつも食べてしまう!」と評判。定番のりんご以外にもレーズン、クランベリー、チョコ、さつまいもなど8種類のレパートリーが揃い、どれも140円とお手頃価格。家族へのおやつにも、手土産にも喜ばれそう。

Souvenir〈スーベニア〉
豊中市夕日丘1-1-1
営／10時～19時※売り切れ次第終了
毎週月曜・第1、第3日曜休
P無（近隣に有料P有）
☎06-7171-8462
スーベニア 豊中 で検索



Menu
- どれも1つ140円

特典
この記事持参で3つ以上購入の方、**りんごのパイ1つプレゼント**
（5月末まで）※税別表記

伝言板

掲載お申込みの締切 毎月10日

教えます

■川上ギター教室（初心者より）
066380・8673千里丘6イズミヤすぐ

■ピアノ・ボイストレーニング・
フルート・ギター・バイオリン・サックス・トランペット・ウクレレ
体験有 ☎0120・08・1871松本楽器

■お琴教えます 出張可
☎06-6852-3395 今井

■JSchoolの楽しい英会話サークル
毎週火曜日・1回／1000円※要予約
（初回年間登録料1000円）
☎06・6853・6232
www.jschooliscool.com

■自信つくまで腹式発声・歌唱指導
出張・個人指導 石井072・623・6568

■発声・歌唱指導致します チカ
豊中市 saengerchika@gmail.com

■箏・三絃教室 淀の会 長野雅子
090・3996・9514 JR千里丘駅
http://www.yodonokai.com

売ります・買います

■レコードCD出張買取致します
☎06・4862・4684スノーレコード
http://www.snowrecords.jp

結 婚

■縁はタイミング！お世話します
0798・74・0359 苦楽園仲人松本

■結婚情報＋お見合い＋パーティ
で、"幸せの創造"を。会費入会金不要
茨木ブライダル072・636・8122

申込方法
「内容・氏名・住所・TEL・FAX」を記入の上、FAXかハガキかEメールでお送り下さい。1行15文字（初行のみ14字。英数字は2文字で1字扱。）2,700円「教えます」のみ1,620円。新規の場合は振込確認後の掲載となります。お申込みを頂いた際に郵便局の振込先をお知らせしますのでお手続き下さい。

〒566-0001 摂津市千里丘1-13-23
シティライフ・伝言板係
FAX 06・6368・3505
Eメール dengon@citylife-new.com
問合せ／06・6338・0640

毎週火曜日 20分限りの
タイムサービス実施中！
- 11:00～11:20 青果コーナー全品2割引セール
- 11:00～11:20 魚コーナー全品2割引セール

年中無休
まねき屋亥子谷店
吹田市山田西1-13-1 ☎06-6875-1122

5/4(土) 光洋祭
5/9(木) どなた様でも1割引！ スペシャル木曜日
5/18(土) 鹿児島特集
5/20(月) 5/30(木) お客様感謝デー
SUPER MARKET KOHYO 山田店 阪急山田駅 デュー阪急山田1F
SUPER MARKET KOHYO 山田店 吹田市山田西4丁目1-2-101 ☎06-4863-5040

スタッフ大募集
〈種別〉パート・アルバイト
〈作業〉事務・レジ・惣菜 など
〈時間〉7:00～20:00（週20時間以内）
パート・アルバイト 時給／940円～970円
各部門 まずはお気軽にお電話ください。
シェフカワカミ 桜塚店
豊中市南桜塚3丁目6-27 ☎06-6846-8001

- 5/20(月) 感謝デー‼
- 5/30(木) 感謝デー‼
- 毎月15日 GG感謝デー‼

SUPER MARKET KOHYO 阪急曽根店
※メンバーさん・アルバイトさん募集中です。水産部・レジ、その他のお仕事も募集中です。まずはお電話下さい。
SUPER MARKET KOHYO 阪急曽根店 ☎06-6842-5040
豊中市曽根東町3丁目1-1 ティオ阪急曽根1F

月掛金は1,000円から
家族みんなの基本の保障 コープ共済《たすけあい》
CO・OP《たすけあい》はその名のとおり、組合員同士の助け合いの気持ちが形になった共済です。生協だからこそできる、組合員のくらしにやさしい安心の保障です。
コープ東豊中
豊中市東豊中町4丁目3番13号 ☎06-6848-2561

Food Net Mart
毎日フードネットマート安い！

千里店	豊中市新千里南町2-6-12	☎06-6872-8739
蛍池店	豊中市螢池中町2-4-17	☎06-6843-0589
桜の町店	豊中市桜の町3-5-8	☎06-6151-2224
山下店	川西市見野2-24-11	☎072-795-1552
茨木店	茨木市元町8-1	☎072-665-4567
石橋店	池田市豊島北2-4-6	☎072-761-7777
高槻店	高槻市大蔵司3-14-4	☎072-698-4130

マイバック等の持参促進新たに3社締結

2019年4月1日に茨木市を含む北摂7市3町（豊中市、池田市、吹田市、高槻市、茨木市、箕面市、摂津市、島本町、能勢町、豊能町）と食品スーパーマーケット3社は「北摂地域におけるマイバック等の持参促進及びレジ袋削減に関する協定」を締結した。

2018年2月に同協定を締結した食品スーパーマーケット9社の店舗では同年6月からレジ袋の無料配布を中止し、「マイバック持参率80%」を目標に持参率向上を図っていた。締結前には北摂地域全体で46.8%だった持参率が6月には76.6%に上昇。より一層促進するために、今回新たに生活協同組合コープこうべ及び株式会社ハートフレンドとレジ袋の無料配布中止の協定を締結したほか、株式会社いかりスーパーマーケットとマイバック持参促進（レジ袋無料配布中止を実施しない）協定を締結した。

無料配布中止の協定に基づき、ハートフレンドは4月15日から、レジ袋の無料配布中止を実施する（コープこうべは店舗ごとに既に実施）。

日建設計が設計
高槻の新文化施設

高槻市が2022年度中のオープンを目指して整備を進めている新文化施設。設計は審査の結果、日建設計が手掛けた。同社は「グランフロント大阪」、「京都迎賓館」など国内の有名建築や、シンガポールの「シンガポール・レールコリドー」といった自然と都市の融合を目指した景観設計を世界的に手掛けている。

新施設は「ひと・まち・未来が輝く文化芸術の創造・発信拠点」をコンセプトとし、街のにぎわいと魅力の向上を目指しており、約1,500席の大ホール、約200席の小ホール、全11室のスタジオを完備している。建設予定地は高槻城二の丸跡地で、歴史的な遺構を外構で一部再現した計画としている。

同市は新施設建設に伴い、長年市民に親しまれていた「高槻現代劇場」に代わる名称を募集する。応募は5月27日から6月30日まで。

北側からの外観。かつての高槻城を思わせる堀や塀を再現し、外壁には城下町の格子戸をイメージした縦格子の木製ルーバーを張り巡らせている。

入口前には、エントランスロビーやカフェに広く面した屋外広場があり、イベント空間として様々な催しの舞台として活用可能。

大ホール。北摂最大級で、舞台公演など多彩な用途に利用可能。壁面から天井まで、木製のキューブに覆われた特徴的なデザインで、高い音響効果に加え、建築物としても要注目。

FM COCOLO × CITYLIFE 音楽のCOCOLO

radiko なら、パソコン・スマートフォンでFM COCOLOが無料でクリアに聴ける! FM COCOLO 765

今月号からシティライフ読者のために、FM COCOLOの人気DJが季節やテーマに合わせた音楽を紹介してくれます。第一回はロハスフェスタ万博でもおなじみの池田なみ子さんがチョイス。ぜひあなたもミュージックライフを楽しんでください。

MONTHLY SELECT DJ

池田 なみ子

10月17日、大阪生まれ。ライブはもちろん、スポーツ観戦や演劇鑑賞などにも積極的にでかけるアクティブ派。そのいっぽうで着物、歌舞伎、茶道、器、しきたりなど日本の美しいものにも関心が深い。担当番組は「FRIDAY AMUSIC MORNING」（金曜6:00-10:00）、「SATURDAY AMUSIC MORNING」（土曜6:00-10:00）。洋楽をメインにした選曲の合間に生活情報などをはさみながら、さわやかな朝のひとときをお届けしている。

行楽シーズン! お出かけの際に聴きたい。オススメのアルバム

ALBUM
Tapestry / つづれおり

ARTIST
Carole King

キャロル・キングの飾らない声が好きです。朝、カーテンの隙間から差し込む細い光のように、優しくて幸福感にあふれている声。今でも時々、アルバム1枚をフルで聴くくらいのお気に入り。車のHDDにも入れているし、このアルバムからの曲は番組内でもしょっちゅう紹介しています。今の時代にもハマるメロディーや歌詞ですが、50年近く前にリリースされた作品。ベトナム戦争で疲弊したアメリカを、息子や伴侶を戦地へ送り出した女性たちを救った1枚だったかもしれません。人の心に届く優しさや幸福感、疲れた肩にそっと寄り添って、背中をヨシヨシしてくれるようなメロディーは普遍なのだと思わせてくれる1枚です!ぜひあなたの音楽ライブラリーにも加えて下さいね!

Carole King / 1942年ニューヨーク、ブルックリン生まれ。1971年に『つづれおり』（Tapestry）をリリース。世界的な大ヒットとなり、女性シンガー・ソングライターの第一人者としての名声を獲得する。このアルバムは302週間も全米チャートにランクされ続け、グラミー賞で最優秀アルバム賞、最優秀女性ボーカル・パフォーマンス賞、ベスト・シングル賞、ベスト・ソング賞の4部門を受賞。売上は2500万枚を超え、25年間にわたり、女性アーティストのベストセラー・アルバム記録を維持した。

EVENT 北摂イベント

コンサート / ギャラリー / 催し / ミュージアム / 講座・講演

掲載無料 あなたの街の情報をお待ちしております!

メール play@citylife-new.com

※応募・掲載希望月の前月8日まで（以降も受付の場合あり）
※掲載の場合のみ、編集部から連絡いたします。

みんぱくワークショップ 折り紙教室

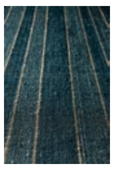
▶ 5/3（金祝）・11（土）・19（日）
①11時半～12時
②13時～13時半
③14時半～15時

参加無料、申込不要、気軽に参加できるワークショップ。子どもも大人も!なつかしい折り紙を折って、みんなでいっしょに遊ぼう!

■国立民族学博物館　特別展示館2F（吹田市千里万博公園10-1）
■参加費:無料（特別展示観覧券別途:一般420円/大高生250円/中学生以下無料）
■問:TEL06-6876-2151（代表）

春季特別展 自然布 ―草木で織りなす―

▶ 開催中～7/15（月祝）
10時～17時
（入館は16時半まで）
水曜休館
※5/1（水）は開館



縞帯地（葛）小谷次男

身の回りに自生する植物の樹皮を剥ぎ、煮る、叩くなどして繊維を取り出して織りなされる自然布。その重労働の多くは女性によって行われた。日本各地の植物繊維で織られた約70点を展示。

■大阪日本民芸館　万博公園内（吹田市千里万博公園10-5）■入館料:一般700円/高大生450円/小中生100円■問:TEL06-6877-1971

阪急沿線むかし図絵 大正・昭和の ゆめとまち ～池田文庫ポスターコレクションより～

▶ 開催中～6/16（日）
10時～17時
（入館は16時半まで）
月曜休館
※4/29（月祝）、5/6（月休）は開館、5/7（火）は休館

テレビやインターネットがなかった時代、四季折々の楽しい情報を伝えるのは駅や列車内のポスターだった。1910年～60年代に阪急電鉄が制作したポスターを中心に展示。レトロでモダンでノスタルジックな体験を。

■逸翁美術館（池田市栄本町12-27）
■観覧料:大人700円/シニア（65才以上）500円/土日はお茶を呈します（一服500円）
■問:TEL072-751-3865

関西大学博物館2019年度春季企画展 徳山喜昭コレクション展 高札（こうさつ）をみる、よむ

慶応四年三月高札（五榜の掲示第一札）<徳山コレクション>

▶ 開催中～5/19（日）
10時～16時
日曜祝日休館※5/6（月休）・19(日)は開館

事件や改革だけが歴史じゃない。捨馬禁止?!似せ薬・似せ金銀作り?!は御法度。人々の暮らしも歴史である。「高札」を見て読んで、ひも解く展示会。知らなかった歴史にきっと出会える。

■関西大学博物館特別展示室 関西大学千里山キャンパス簡文館内（吹田市山手町3-3-35）
■入館無料■問:TEL06-6368-1171

ともに歩む「結（ゆい）みのお」10周年記念コンサート

▶ 6/1（土）
14時（開場13時半）

フルート奏者 奥野由紀子

「結みのお」結成10周年の節目に記念コンサートを開く。出演はフルート奏者奥野由紀子、ピアノ演奏は脇華慧。愛の挨拶、アルルの女、タイスの瞑想曲、献呈などの曲目を演奏する。

■箕面文化・交流センター（箕面市箕面6-3-1）
■入場料:前売2,000円/当日2,300円/小中学生前売・当日共に500円
■問:TEL/FAX072-722-9914

浜屋敷 春の手づくり市

▶ 5/18（土）
10時～15時

魅力あふれる手づくり店が約50店、模擬店も出店。わなげ、ピン球落としなど親子そろって楽しめる「あそびのひろば」の他、パフォーマンスやお楽しみ抽選会も行われる。雨天決行。

■吹田歴史文化まちづくりセンター浜屋敷（吹田市南高浜町6-21）■入場無料
■問:TEL06-4860-9731

第32回 みのおてならい 英国式ティーセレモニーへのデビュタント アフタヌーンティーの正統を“ふわゆる”に習う 体験会

▶ 5/18（土）
13時半～15時半

あこがれのホテルでのアフタヌーンティータイム。女性の幸せをここぞと詰め込んだようなひとときに、気おくれしない作法を美味しい紅茶に会話を弾ませながら“ふわゆるレッスン”。
講師:中村美貴子　テーブルコーディネーター Life Essence 代表

■箕面市西南生涯学習センター「会議室1・2」（箕面市瀬川3-2-5）■参加費:1,200円（紅茶・菓子付き）■定員:15名（先着順）■問・申込:みのおてならい事務局TEL/FAX050-3488-1543
E-mail minohjuku@gmail.com

第31回 光と影 ガラスアート・ナカイグループ生徒展

▶ 5/9（木）～5/19（日）
11時～17時※最終日は15時まで　火曜休館

京都手描き友禅の手糸目技法をガラスに応用し、中井芳夫、中井アツコが1986年に考案した箕面産のガラスアート。生徒たちによる花や風景などを描いた幻想的な作品を約40点展示する。

■池田市緑のセンター1階ギャラリー（池田市五月丘5-2-5）■入場無料
■問:TEL072-722-7854（中井）

大阪大学産業科学研究所 一般公開 産業と未来をつなぐ科学

▶ 5/3（金祝）　10時～16時

「研究室や施設の公開」、ロボットアクセサリーが作れる「ものづくり体験」、小中学生向けの「産研サイエンス教室」、研究者と話せる「産研サイエンスカフェ」など。※売店はありません。

■大阪大学産業科学研究所　大阪大学吹田キャンパス内（茨木市美穂が丘8-1）■入場無料
■問:TEL06-6879-8524（同研究所広報室/平日8時半～17時15分/12～13時を除く）

City Life NEWS
CULTURE
SPECIAL INTERVIEW

ジャンルにとらわれない音楽センスを発揮

高槻出身のヴァイオリニスト NAOTOさん

金髪がトレードマーク、華麗なステージパフォーマンスやジャンルを超えた音楽活動を行っているヴァイオリニスト・NAOTOさん。関西弁で繰り出されるおもしろく、マニアックなトークは取材中も圧倒されてしまうほど。東京での生活が長いながらも「大阪はやはりホーム感が強い」と語るNAOTOさんに北摂でのエピソードなどについて話を伺った。

まず、北摂での思い出は

JR高槻駅からバスで15分くらい、摂津峡近くの自然豊かなところで育ちました。摂津峡は水がきれいでよく泳いでましたし、蛍もキレイでした。駅前と家では気温が3℃くらい違ってて（笑）。高槻では、駅北口にある本屋や百貨店によく行ってましたね。小さい頃は豊中の服部に住んでいて、庄内駅近くのお肉屋さんのコロッケや、お寿司屋さんのエビのお寿司が大好きでした!そのコロッケ、先日久しぶりに食べたんですが変わらずめちゃめちゃおいしくて。当時のことをいろいろと思い出しましたね。

5/4に地元高槻の「高槻ジャズストリート」に今年も出演、ギターデュオ「DEPAPEPE（デパペペ）」との共演ですね。

ずっと出たかったし、地元でも大きいイベントなので昨年初めて出れて嬉しかったです。小学校の担任の先生や同級生がガンガン来て恥ずかしかったです（笑）。DEPAPEPEは関西出身の同期ということもあり、

プライベートも仲良し。お互いの長所を伸ばし合えるくらいわかり合ってるので、3人でライブをやると盛り上がります。

1月にアルバム「Polyvalent（ポリバレント）」が発売になりました。

今回はバンド形式で録ることにこだわりました。人の力ですばらしい音が出せるすごいアーティストがたくさんいて、そんな人たちと曲をやることも大事だなと。収録曲のジャンルは様々ですが、特徴をしっかり理解し、ヴァイオリンを弾くよう心がけています。「Get Wild」は、TM NETWORKが大好きで、好きな曲をバイオリンのみで演奏、昨年ライブで演奏すると意外と盛り上がってアルバムにも収録しました（笑）。

演劇ユニット「TEAM NACS」の舞台「PARAMUSHIR～信じ続けた士魂の旗を掲げて～」のメインテーマ、劇中歌も収録されています。2005年以降TEAM NACSの公演の劇中歌を多数手がけ、演技と絶妙に重なり合う、心揺さぶる曲にも定評があります。

「幌筵島の歌feat.清塚信也」はクラシック感を出したくて、清塚さんにピアノ演奏を依頼。「ホンマうまいな…」と実感、2テイク目でOK!2007年の「HONOR～守り続けた痛みと共に～」の劇中歌である校歌は我ながらよくできているなと。実は、高校野球強豪校の校歌を分析、法則性をふまえて作り上げました。めずらしく「学校名を連呼したい!」と歌詞の注文も。TEAM NACSのリーダーで演出を多く行っている森崎さんは、音を聞かせる間を入れたり、シーンの意図をもたせる音楽を依頼するんです。プレッシャーもありますが、メンバーに“6人目のナックス”と言ってもらい、いいチームに参加させてもらってるな…とありがたいです。いいものを作ろうという思いが強く、森崎さんとケンカになりそうなことも（笑）。

そのTEAM NACSの舞台映像とNAOTOさんの劇中歌をNAOTOさんのヴァイオリン、オーケストラの生演奏で楽しめる「NACSYMPHONY」が5/15・16に大阪で開催されます。

演劇のフィルムコンサートはおそらく世界初かと。舞台映像と演奏を同時に楽しんでもらいます。お芝居が終わると劇中歌は日の目を見ることがあまりないですが、また聴いていただけるのはありがたいし、嬉しいです。演奏を聴いてシーンを思い出し、舞台映像をまた見直してほしいなと。森崎さんがゲストで来てくれるので、おもしろくなるはず!

話は変わりますが、カレーマイスターの資格や一般社団法人日本スープカレー協会広報宣伝担当理事も務めるほどカレーがお好きなんですね。

「札幌でスープカレーを初めて食べた時、今まで出会ったことのない、口の中がスパイスのシャワーを浴びているような味わいに衝撃を受けたんです。店舗によって味が全然違うなど「もっともっと知りたい!」と大好きになっていきました。関西でも本格的な札幌のスープカレーが食べられるJACKやかれー屋ひろしなどあります。カレー好きな仲間たちとでカレー部というのを作り、メンバーが51人ほど。日々情報交換や報告をしています!

最後に読者に一言お願いします。

高槻はヴァイオリニストを多数輩出しているめずらしい地域なんです。高槻出身で頑張っている僕の姿を「高槻ジャズストリート」などに見に来ていただき、北摂感を共有できればと。高槻にもどんどん帰っていきたいです!

9th Album
「Polyvalent」
（ポリバレント）

「UNKNOWN ASIA」「Make a change」など 計12曲収録
[発売日] 2019年1月30日（水）
[レーベル] Spice Up Records
[品番] SURE-0028
[税込価格] 3,240円（税抜:3,000円）

【 公演情報 】
NACSYMPHONY 2019
「COLOR～彩り続けた楽曲たちの調べ」
（5/15,16 大阪・フェスティバルホール）
http://www.teamnacs.com/nacsymphony/

高槻ジャズストリート
（5/4・FM COCOLOステージに出演）
https://cocolo.jp/pages/pickup_detail/1393

商工会 商工会議所 通信

SYOUKOUKAI SYOUKOUKAIGISYO TSUSHIN

商工会・商工会議所は地域企業の振興や地域の活性化に日夜努力しています。でも具体的にどんな活動をしているのか知らないという人も少なくないのでは？そんな商工会・商工会議所の活動を今月も紹介します！

箕面商工会議所

箕面の実生ゆずドリンク「たきのみち ゆずる」好評発売中!!

豊かな自然に恵まれたゆずともみじの里・みのお大阪箕面止々呂美地区のゆずは、ほとんどが種からの栽培の実生ゆずです。
はちみつと香り高いゆずのさっぱりした味わいに仕上げました。

価格:155円（税込）

問合せ
箕面商工会議所　ゆず担当
TEL 072-721-1300
http://www.minohcci.or.jp

吹田商工会議所

シニア起業セミナー開講!

これからの時代、老後は年金だけでは不安です。先手を打って、50代からの起業を考えてみませんか。生涯現役でやりがいを持って働けるシニア起業の可能性を探ってみませんか。

■と　き:平成31年7月27日（土）13時半～17時
■ところ:吹田商工会議所　3階大会議室
■内　容:（1）シニア起業事例発表（60分）
㈱ビームセンス　代表取締役　馬場 末喜氏
（2）パネルディスカッション（80分）
50・60代で起業された数名の事業者及びセンター長
（3）意見交換会（60分）
事例発表者・パネリストを交えての名刺交換会
■対　象:シニア起業を考えておられる方・起業に興味のある方
■参加費:無料　■定　員:40人
■主　催:吹田商工会議所
■協　力:吹田市　日本政策金融公庫
■詳細・申込み:インターネットで吹田商工会議所と検索。お知らせ欄から、シニア起業セミナーをクリックください。

豊中商工会議所

第152回日商簿記検定1・2・3級（豊中会場）申込受付情報

◆窓口受付期間:
大垣書店豊中緑丘店:～5月13日（月）
9時～22時
田村書店千里中央店・緑地店:～5月13日（月）
10時～21時
豊中商工会議所:
5月14日（火）～5月17日（金）土日祝除く
9時～17時半※最終日はPM9時まで受付
◆ネット受付期間:～5月16日（木）
◆試験会場（予定）:大商学園高等学校
（阪急服部駅から西へ徒歩15分）
◆受験料:1級7,710円、2級 4,630円、
3級　2,800円 ※いずれも税込
ネット申込は別途手数料@700円要

詳細・ネット申込はホームページを
「豊中　簿記」で検索!
問合せ
豊中商工会議所　簿記検定担当
（電話:06-6845-8001）
http://www.ooaana.or.jp/

6/28(金)・29(土)開催
「G20大阪サミット」における交通規制等の実施

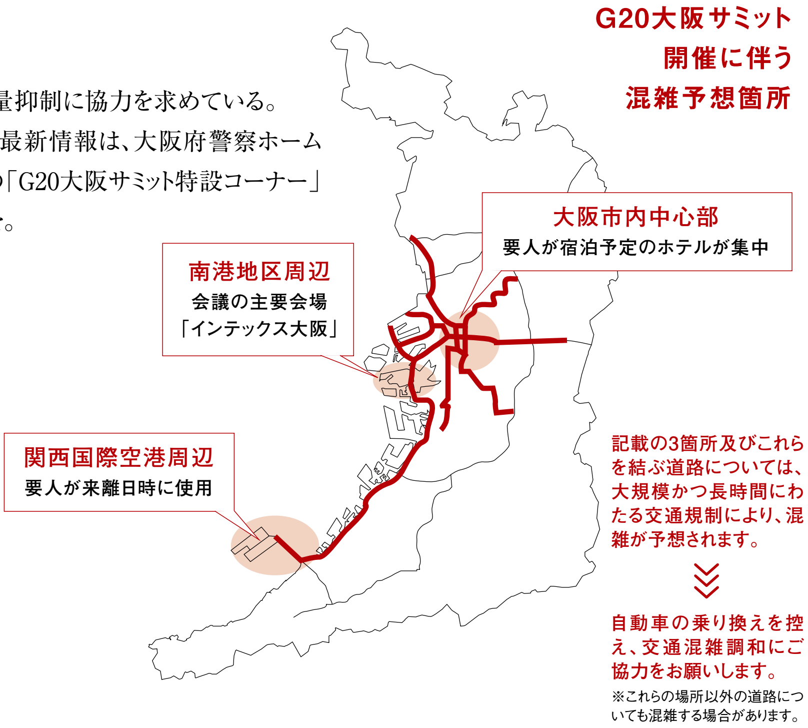
6月28日(金)・29日(土)の2日間、大阪市住之江区にある「インテックス大阪」で、「G20大阪サミット」が開催される。G20大阪サミットは、37の国と国際機関が参加して行われ、日本で開催されるサミットとしては史上最大規模のものとなる。

今回のG20大阪サミットでは、自由貿易の推進やイノベーションを通して経済成長と格差への対処の同時達成、SDGsを中心とした開発・地球規模課題への貢献を通した「人間中心の未来社会」実現を目標に行われる。同時に全国各地で各国の閣僚会合が開かれる。日本のおもてなし精神を世界に世界に発信する良い機会となるが、厳重な警備も必要となってくる。

大阪府警察では、サミットの開催に当たり、重要施設や公共交通機関等に対するテロなどの違法行為の発生を未然に防止するための対策を実施している。「不審な人がいる」、「不審な車が停まっている」、「不審な物が置いてある」、そのような時は、お近くの警察署、交番もしくは警戒中の警察官に通報を。

また、サミット開催両日及びその前後の計4日間(6月27日〜30日)については、空港周辺や高速道路、大阪市内を中心に、大規模かつ長時間の交通規制が実施される。開催前後4日間は、マイカーの利用自粛(→電車を利用する)、業務用車両の運行調整(→4日間以外へのシフトや運行時間を深夜・早朝へ変更)などの交通総量抑制に協力を求めている。

詳細・最新情報は、大阪府警察ホームページの「G20大阪サミット特設コーナー」で確認を。



大阪府内初
みなと銀行が支援学校で金融授業開催

みなと銀行が大阪府教育庁と連携して3月7日に府立吹田支援学校で、生徒の社会参画を応援する金融授業を開催した。これまでは兵庫県内の特別支援学校を中心に開催されていた同授業が、今回初めて大阪府で開催された。授業では現在高等部2年生30名を対象に卒業後の生活に必要となる銀行口座の開設手続きや利用方法などについて行員が解説を行った。窓口での手続きや雰囲気を感じながら、本物の通帳やキャッシュカードに触れることで学びを深める内容になっており生徒は楽しみながら参加していた。

同社は今後関西広域に生徒の就労を支援する地域活動の輪を拡げていく予定だ。

府立吹田支援学校での授業風景。体験を交えながらの授業に学生は楽しみながら参加。

吹田市
中核市への移行申し入れ

吹田市は3月28日に、大阪府へ2020年4月の中核市移行へ向けた同意の申し入れをした。人口が20万人以上の地方自治体は中核市への移行ができ、吹田市は人口が38万人に近づいている。大阪府内では5市が中核市となっており、2019年4月1日から寝屋川市が新たに加わった。

中核市になることで、府の業務の一部を市で担い、迅速な対応が可能になる。

保健衛生についての権限、業務が大きく変わり、保健所と保健センターの両方の機能を市で持つことができるようになり、母子保健の相談窓口の一元化、病院、飲食店の許認可事務、監視、指導を市で行える。景観や環境についての権限も移行されるため、地域特性を活かしたまちづくりができるようになる。

様々な魅力が揃う吹田市でのより豊かな暮らしを目指す造語「suitable city」。

ごみ減量と再資源化を目指し
豊中市が雑がみ回収袋を作成

豊中市が雑がみ回収袋を作成し、今年3月より市の環境イベントやごみ分別の出前講座の参加者にサンプル配布を始めた。

雑がみとは新聞、雑誌、段ボール、牛乳パックなどのいずれにも属さない紙をさすが、リサイクル可能なものも可燃ごみとして廃棄されてしまうことが多い。豊中市が行った2014年の調査では可燃ごみの約4割が紙類だった。雑がみ回収袋の作成に取り組んだのも、資源に対する市民の意識を高めて可燃ごみを減らすことが目的だ。

市の担当者によれば、雑がみ回収袋を作成してから出前講座の申し込みが急増するなど、環境問題に対する市民の関心が高まっているという。「雑がみの分別は面倒だと思われがちですが、雑がみ回収袋には雑がみの種類や分別方法などがわかりやすく記載されています。家庭ごみの減量や再資源化のきっかけになれば」と話す。

雑がみ回収袋は家庭での雑がみの保管場所として繰り返し利用でき、集めた雑がみは従来通り紙袋や紙箱などに入れて「紙・布」の収集日に出す。回収袋の配布方法などの詳細は豊中市の家庭ごみ事業課まで(06-6858-2275)。

プラスチック削減案動画
吹田市内6大学から募る

近年、世界的にも問題となっているプラスチックの環境問題。吹田市は使用削減の啓発活動の一環として、動画形式で提案してもらう「使い捨てプラスチック削減コンテスト」を開催する。動画の内容は、日常生活で使うプラスチックの使い捨て製品の記録や、それらを出来るだけ避けた生活の実践、さらに削減アイデアなどを5〜10分の動画にまとめたものとしている。吹田市はSNSを活用した啓発も狙うため、発信力の高い大学生を本企画の応募対象とした。コンテストは2019年5月26日関西大学の新関西大学会館北棟ホールにて開催。無料で見学できる。また一次選考を通過した動画は吹田市のホームページで公開される。

※市内の6大学(大阪大学、関西大学、千里金蘭大学、大阪学院大学、大和大学、国立民族学博物館)

City Life NEWS

全国で注目される施策や課題は、地域で暮らす私たちにどう影響するのか?身近に起きた出来事やトレンドなど、幅広い分野のニュースを紹介していきます。ネットでもさまざまなニュースを紹介しています。

シティライフNEWS で検索

ふるさと納税の法規制が6月からスタート

ふるさと納税制度は、任意の自治体に寄附をすると、寄附金額から2,000円を超える額を所得税と住民税から控除され、寄附者の税負担が軽くなるというもの。さらに返礼品が獲得できるとして人気を集めてきた。しかし、2019年度税制改革大綱で新たなルールが決められた。これを機に寄附金の使い道にも注目してみると、自治体の重点的に進めている取り組みを知ることができる。

『みんなの箕面の緑の寄附金』
https://www.city.minoh.lg.jp/eigyou/hurusatokihukin/menu.html

制度開始から約10年を迎えるふるさと納税制度。自分の生まれ育った自治体や応援したい自治体に寄附ができ、寄附金額は税金から控除・還付されるため、自己負担が軽減される。さらに魅力あふれる特産品などの返礼品が送付されるとあって、この制度の利用者は年々増加をみせている。

一方で過熱する返礼品競争やトラブルが問題になり、自治体間による"寄附争奪戦"に歯止めをかける目的で、今年の6月に制度が改正となる。新たな規制ルールは「返礼品の額は寄附額の3割以下」、「返礼品は地場産品に限る」というもので、この基準を満たさない自治体に寄附をしても税金控除の対象とならない。

箕面市は「子育て支援・教育の充実」をはじめ7つの寄附メニュー

ふるさと納税のメリットとして意外と知られていないのが、ふるさと納税の申し込み時に寄附金の使い道を自由に決められることだ。寄附者の「こんな取り組みに使ってほしい」という想いに応え、自治体はその貴重な寄附金をさまざまな施策に活用する。

箕面市では平成21年度より、「みんなの箕面の緑の寄附金」の名称でふるさと納税をスタート。現在、山麓部などの緑地、樹木及び樹林の保全や、箕面山の自然保護のための「緑豊かな自然環境・良好な住環境の保全」、乳幼児の医療費助成や待機児童ゼロをめざした保育所の定員拡大などに活用する「子育て支援・教育の充実」、市内に2駅を新設する「北大阪急行南北線の延伸」などに活用。それ以外にも、寄附者が自由に使途を指定することができる。これまでの事例として、阪急箕面駅周辺の開発や市立図書館の本の充実、市立小学校の音楽備品の整備、交通遺児の支援事業など、多岐に渡る寄附者の希望に添う。平成30年度には、約1億1,000万円の寄附金が寄せられ、そのうち法人や遺贈などの一般寄附を除く約3,200万円がふるさと納税によるものであった。

同市はふるさと納税で寄附をした方に箕面ビールやMISOKA、市内のパティスリーによるスイーツセットなど地場産品の返礼品を用意。法律の改正に伴い、この6月1日からは市内在住者への返礼品の送付ができなくなる予定(市外からの寄附に対してはこれまでどおり送付)だが、これを機に、自分の住む街や応援したい自治体のため、寄附金の使い道を選べるふるさと納税制度を利用することで、街づくりへの意識も高まることが期待されている。

【箕面市の取り組み(寄付例)の一例】

【緑豊かな自然環境・良好な住環境の保全】

【保健福祉の充実】

【北大阪急行南北線の延伸】

【市立病院の医療体制の充実】

【消防活動及び救急活動の充実・強化】

【市長おまかせ】

吹田市ではふるさと納税制度を活用してまちづくりの応援を

吹田市でもふるさと納税制度をPRしながら、基金への寄附を募っている。例えば「みんなで支えるまちづくり基金」では、寄附金を活用して市民活動の支援及び活性化を推進している。「音楽ボランティア」、「樹木調査と名札かけ事業」「年齢・障がいの区別なく健康維持・増進を支援するノルディックウォークのすすめ」「多文化共生事業」など、介護や子育て、環境といった分野の活動を応援している。

「児童たちが校庭の一角で二毛作と地産地消を実体験する学習支援事業」では、すいた体験活動クラブという団体が10校の小学校で子どもたちに稲作体験と稲作が終わった後地でのタマネギ栽培の体験活動を行っている。年間を通じて校庭で活動ができ、足踏み式脱穀機や籾摺り器、クワなどの道具にも触れられ、子どもたちにとって貴重な体験を提供している。その様子は市のWEBサイトで閲覧できる。

農作業を実体験する学習支援事業の様子

各活動とも実際に職員が訪問し、交付金額や活動内容を画像入りで詳細に紹介している。中には次回開催なども記載されているので、寄附をする際の参考にすることができる。

市外からの寄附を増やすために返礼品の充実を

豊中市では現在、寄附金使途として11種類の基金が設定されている。昨年、寄附が多く集まったのは「社会福祉事業基金」だ。

この寄附金は高齢福祉・障害者福祉・児童福祉に関わる施設の整備などに活用されている。その他、「地球温暖化防止基金(チャレンジマイナス70基金)」は、二酸化炭素(CO_2)削減につながる省エネの取り組みを進めるために、エコポイント発行事業を行っている。また消防車両・資機材の整備や火災予防・救急普及啓発等の事業を行う「消防・救急救命基金("守る力"救命力世界一基金)」もある。

また返礼品に関しては、これまで寄附金額に応じて「高校野球発祥の地　記念切手」「高校野球発祥の地 記念ボール」の2種類のみを用意していた。現在は甲子園で行われている全国高等学校野球選手権大会の前身となる全国中等学校優勝野球大会が初めて開催されたのが豊中のグラウンドだったことから、これらの記念品を返礼品として送付していた。

だが今年、地場産業の活性化につながるような返礼品を選定しなおし、種類も増やす予定だ。理由として、昨年同市のふるさと納税による市民税の控除に伴う税収減が約10億円となったことがあげられる。近隣自治体も魅力的な地場産品を贈呈していることから、同市でも返礼品を充実させることに踏み切った。これによって全国からの寄附額を増やしたい狙いだ。

返礼品の内容については10月以降に市のwebサイトにて発表する予定。もちろん市内在住者からの寄附には返礼品の送付はできない。

次回の巻頭特集は豊かな暮らしを提案してくれる
「スタイルをもつプロのワザ」の予定です。お楽しみに

●本紙の記事や広告についてのご質問・ご意見など
TEL06-6338-0640　info@citylife-new.com
●発行部数17万部
●無料で各戸に配布しています。必要のない方は、お手数ですがご一報ください。
問/株式会社シティライフNEW　TEL06-6338-0640　〒566-0001 大阪府摂津市千里丘1-13-23

Pick up!

味覚狩り

採れたて肉厚しい茸を炭火でBBQ GWは自然の中で家族や友達と楽しもう

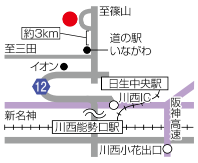
BBQコースは黒毛牛や地鶏、季節のお野菜等のこだわり食材でボリューム満点!名物のしい茸ご飯がおかわり自由なのもうれしい。

GWの行楽は北摂・阪神間から車で1時間圏内の同園がオススメ。10万本の原木で栽培され、1年以上熟成されたしい茸を、炭火で焼いてひと口かじれば旨味がジュワァッと口の中いっぱいに!手作り遊具やブランコ、貸し出しのバドミントンがあるので、自然の木立ちに囲まれながらファミリーで1日たっぷり遊べる。車なら新名神を使って気楽にアクセス。

野外のBBQ広場には屋根があるので雨天でも安心。

仲しい茸園

兵庫県川辺郡猪名川町
木間生字大道下16
営／土日祝10時～17時、
平　日11時～15時
火曜定休(祝日は営業)
無料P50台
※平日は要予約



072-768-0055
http://nakashiitake.com
仲しい茸園 で検索

【 車 】・阪神高速「川西小花」出口すぐ信号左折、500m直進して、信号を右折、12号線を北上
・新名神「川西」出口右折後、12号線に合流して北上
【電車】阪急宝塚線「川西能勢口」から能勢電鉄のりかえ「日生中央」下車 阪急バス「木間生(こもお)」停より北西へ500m

■ MENU
- しい茸狩り&バーベキュー 3,700円(税別)コース
（しい茸狩り+黒毛牛・地鶏・季節野菜+しい茸ごはん食べ放題）
- しい茸狩り&バーベキュー 4,700円(税別)コース
（しい茸狩り【お土産付】+黒毛牛・地鶏・季節野菜+しい茸ごはん食べ放題）
- しい茸狩り&すき焼き 5,200円(税別)コース
（しい茸狩り+すき焼き+しい茸ごはん食べ放題）

※小学生半額、3～5歳500円(税別)
※飲み物や食材の持ち込みは不可

公益社 KOEKISHA

読者限定クーポン
本券持参で「エンディングノート」プレゼント!
【有効期限 6月30日】※コピー不可

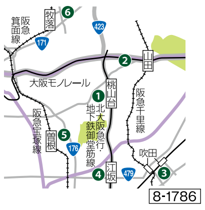
公益社の 無料 お葬式相談

ホントは気になるけれど、なかなか相談しにくい
お葬式の疑問や不安をスッキリ解決します。
わかりやすくご説明いたしますので、
どんなことでもご相談ください。

参加者の声
●事前に相談していたおかげで、急なお葬式にも慌てることなく、お別れの時間がゆっくりとれました。
●何にいくらかかるのか、予算やしきたりがわかって不安が解消されました。
●費用をお得におさえる方法を知ることができました。
●相続やお墓のことなども相談できてよかったです。

お申込み・お問合せはこちら
公益社 ご葬儀相談センター [受付時間9:00～17:00]
0120-567-701
「シティライフを見て」とお電話ください。
ホームページ https://www.koekisha.co.jp

[お近くの会館・営業所]
1 公益社 千里会館
2 公益社 千里山田会館
3 公益社 吹田会館
4 公益社 江坂会館
5 公益社 豊中会館
6 公益社 箕面営業所



8-1786

4/19～リニューアルオープン記念
食器用洗剤 or こしひかり1合プレゼント
アンケートにお答えいただくと
1組1個限り、無くなり次第終了します。
ドコモユーザー以外の方も対象です。

ドコモショップ 江坂公園前店
〒564-0063　大阪府吹田市江坂町1-18-12
GP·GATE江坂 1F
営／10時～19時　定休日／第2木曜　P／有
0120-619-350
予約優先店舗
来店の予約はコチラかまたはお電話にて

スクール生大募集!!
ミズノ フットサルスクール
MIZUNO Futsal school
＼祝・令和／ in エキスポフラッシュフィールド
(市立吹田サッカースタジアム北側)

無料体験キャンペーン実施中!
いつでも体験できます!!
要予約
5月末まで

経験豊富な指導者が基礎から丁寧に指導します!!

新規入会キャンペーン
リフティングボールをプレゼント!
好評につき6月末まで実施

[月謝]
月4回 4,000円～(税別)
[日時]
毎週 火・木・金

15:30－16:30 幼児
16:45－17:45 1～3年生
17:50－18:50 4～6年生
19:00－20:30 エキスパートクラス
※エキスパートは(火)・(木)のみで4年生以上が対象です

お問合せ／TEL.090-5360-7920(火・木・金)　メールでのお問合せ／b89.futsal@gmail.com

箕面・豊中・池田の
健康住宅専門店

土地探しからお手伝い!

さつまホーム 無添加住宅®
ホームページで建築事例公開中! さつまホーム

箕面かやの体感モデルハウス 公開中!
照明・カーテン・エアコン付き! 諸費用込み!
同価格で間取りも自由!
2,000万円(税別)より

Web　facebook　Instagram

〒562-0036 大阪府箕面市船場西2丁目1-1 エリモビル5F
営業時間 9:30～19:00　定休日 火曜・水曜
お問合せ 0120-780-636

庭木1本から承ります!

見積無料

お客様とのお約束
☆庭木1本より明瞭料金
☆土日でもOKです
☆トイレはお借りしません
☆お茶はご遠慮します

シティライフをご覧の方へ
生垣剪定幅1m(高さ2m)
通常2,000円を(※税別)
先着10名様
1,000円

1本からのお庭サービス ガーデンエクスプレス
大阪支店/茨木市桑田町4-1　営業時間/9:00~17:00
072-665-8371

弁当・オードブル
宅配専門店

黒毛和牛のヘレステーキ膳
2,500円(税別)

法要や慶事からちょっとした
集まりまで、さまざまなシーンで
ご利用いただける近江牛などを中心に
お肉にこだわったお弁当やオードブル
をご家庭や職場までお届けします。

※お弁当のご注文は合計10,000円以上から承ります。
配送料はかかりません。

おもてなし肉料理
中乃屋
吹田市山田東1-9-1
受付／平日10時～18時
TEL 06-6170-5114
FAX 06-6170-5140
詳細はこちらへ
中乃屋 弁当 で検索

ゴールデンウィークや
母の日のご家族の集まりに

サーロインの
ローストビーフ 8,000円(税別)